

༄༅།།བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་དཔེ་ཚོགས་ལྟེ་གནས་།།

Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W4CZ369338	ImageGroup:	I4CZ369689
LCCN:	n/a	ISBN:	n/a

Title:	མོ་དཔེ་ཕྱོགས་བསྒྲིགས། mo dpe phyogs bsgrigs/
Author:	n/a
Descriptor:	Digital images of the text are made available through the kind support of Great Enlightenment Buddhist Institute Society (GEBIS) in Canada
Original Publication:	n/a;n/a
Place:	[s.l.]
Publisher:	[s.n.]
Date:	[n.d.]
Volume:	1
Total Volumes:	1
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at Tibetan Buddhist Resource Center, 1430 Massachusetts Avenue, Cambridge, MA 02138 US.

མེ་དང་ཕྱགས་བསྒྲིགས།

དོན་ཀློན་གྱུ་བ་པས་དག་སྒྲིག་བྲལ།

△ ཡུལ་ལྗོངས་ཤོ་མོ།
 △ རྩུལ་གྱི་ཤོ་མོ།
 △ ལྟ་ལུང་ཤོ་མོ།
 △ རྩུལ་ལྗོངས་ཤོ་མོ།
 △ རྩུལ་ལྗོངས་ཤོ་མོ།
 △ རྩུལ་ལྗོངས་ཤོ་མོ།
 △ རྩུལ་ལྗོངས་ཤོ་མོ།

རྩུལ་ལྗོངས་ཤོ་མོ།

ཨ་ལྷ་ལྗོངས་ཤོ་མོ།

དཀར་ཆག

- ཡིག་རྒྱག་མའི་མོ་ཡིག་སྒྲུང་དོར་གསལ་མེ། (1)
- མྱི་དཔྱད། (25)
- མ་ཉི་ཡིག་རྒྱག་མའི་མོ་ཡིག་སྒྲུང་དོར་འབྱེད་པའི་ལྷ་མིག་ (27)
- མ་ཉི་ཡིག་རྒྱག་མའི་མོ་ཡིག་མངོན་མཐོང་མེ་ལོང་། (31)
- དཔལ་ལྷན་དམག་ཚོར་མའི་སྒོ་ནས་རྩོམ་ཐོང་སྒྲུབ་ཚུལ་དེའི་འབྲས་
བཤད་དང་བཅས་པ། (33)
- མེར་མོ་ཁ་འདོན་དག་སྦྱར་བྱེད་པའི་རིགས་ལ་ལྷག་ལྷ་བརྟག་འབྲས།
..... (88)
- མེར་མོ་པ་དཀྱུས་དང་མི་ནག་སྐགས་ལ་ལྷག་ལྷ་བརྟག་འབྲས། (89)
- དཔལ་ལྷན་དམག་ཚོར་མའི་ཕྱིང་མོ་གསལ་སྒྲོན། (92)
- དཔལ་ལྷན་དམག་ཚོར་མའི་སྒོ་ནས་ཤོ་བརྟག་ཚུལ་ཀུན་གསལ་མེ་ལོང་།
..... (94)
- ཤོ་མའི་བྱར་དཔྱད། (102)
- གནད་དམིགས་བརྒྱད་ཀྱི་བྱར་དཔྱད། (104)

མ་ཐེངས་གསུམ་བཏབ་པའི་བབས་ལན།	(109)
ཤོ་རྗེའི་བཅའ་ཚུལ།	(115)
ཐོད་ཐོང་ཤེས་པའི་མོ་ཡིག་ནི་མཐོང་སྤང་གསལ།	(116)
ཏ་མགིན་གསང་བྱ་བ་ཀྱི་ཐོང་མོ་འདེབས་ཚུལ་སྒྲིག་གུར་གསལ་བའི་མེ་ལོང་།	(126)
ངོ་བོ་རྗེའི་མི་ལ་མ་དུ་ཤར་བའི་མོ་ཡིག་མཐོང་བ་ཀུན་གསལ།	(134)
དམ་ཅན་ཤོ་མོ་ཤེས་དཀར་མེ་ལོང་།	(137)
མེང་ཆེན་ནོར་བུ་དག་འདུལ་གྱི་ནི་མཐོང་གསལ་མེ།	(153)
སྤབས་བདེའི་ནི་མཐོང་སྤང་གསལ་སྒྲིག་མེ།	(160)
བྱ་བྱ་གི་མོ་ཡིག་ནི་མཐོང་མེ་ལོང་།	(161)
བྱ་བྱ་གི་སྒྲིག་ནས་རྒྱས་དང་བོར་སྒྲོར་ངོས་འཛིན་ཚུལ། ...	(166)
བྱ་བྱ་གི་མོ་ལན་གསུམ་བཏབ་པའི་འབྲས་བཤད།	(168)
ཡུལ་ལྗེའི་ཤོ་མོ་ཀུན་གསལ་ཤེས་མེ།	(170)
བོན་ཡུགས་ཀྱི་སྒྲིག་ནས་རྒྱས་ལ་ངོས་འཛིན་ཚུལ་གཟུགས་འཆར་མེ་ལོང་།	(175)
རྒྱས་ལ་ཏུགས་བཏབ་ནས་བཏག་པ།	(177)
མིག་སྒྲིགས་འགྲུལ་བར་བཏག་ཚུལ།	(179)
1. མིག་འགྲུལ་བར་བཏག་ཚུལ།	(179)
2. རྒྱབ་བར་བཏག་ཚུལ།	(180)

3. རྩ་ལ་ཚ་སྤྱོད་བར་བརྟག་ཚུལ།	(181)
4. གདོང་ལ་ཚ་སྤྱོད་བར་བརྟག་ཚུལ།	(182)
5. ལུས་ཀྱི་ཤ་འགུལ་འཕྲིག་བརྟག་ཚུལ།	(182)
6. སེམས་འཕུར་བར་བརྟག་ཚུལ།	(183)
7. རྩ་སྤྱོད་པར་བརྟག་ཚུལ།	(184)
8. ཀྱོན་པ་སར་ལྷང་བར་བརྟག་ཚུལ།	(185)
9. སྤྲ་འཕྲི་སྤྲ་ལ་བརྟག་ཚུལ།	(186)
10. ཐབ་ཀྱི་མེ་ལྷེ་མཆོད་པར་བརྟག་ཚུལ།	(187)
11. བྱི་བྱུག་པར་བརྟག་ཚུལ།	(188)
12. སྤྲ་ཀའི་སྤྲ་ལ་བརྟག་ཚུལ།	(189)
བྱི་སྤྲ་སྤྲ་ཀའི་བྱི་སྤྲ་འཕྲི་བརྟག་ཚུལ།	(169)
སྤྲ་ཀའི་བྱི་སྤྲ་འཕྲི་བརྟག་ཚུལ།	(189)

མིག་ཟུག་མཐོ་མོ་ཡིག་བྲང་དོན་

གསལ་བྱེད་མེ་ལོང་།

ན་མོ་གུ་རུ་ལོ་གི་ཤ་རུ་ཡ། རྒྱལ་ཀུན་ཐུགས་རྒྱུ་ཞེན་བྱེད་གཟི་
འོད་ཀྱིས། འགོ་ཀུན་ཡིད་ཀྱི་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཞུགས་པའི། བཅ་བདེ་རྒྱང་
ཅི་རྒྱས་མཛད་ལྷག་པའི་ལྷ། ལྷ་མ་རྒྱུན་རས་གཟིགས་ལ་ཀུས་པས་
འདུད། གང་དེའི་ཞལ་ལྷང་ནས་མཐོང་བཞག་པའི་ཐབས། གངས་
ཅན་མི་དབང་རྒྱལ་པོ་སྤང་བཅན་སྟོགས། དམ་པའི་གསུང་གི་གཅིས་
ཅོད་རབ་བསྐྱེད་ཏེ། མོ་ཡིག་བྲང་དོན་གསལ་བྱེད་མེ་ལོང་གི། དེ་ལ་
ཡང་དུང་ཤོ་གུ་བཞིའི་སྟེང་འོག་ཚུགས་བཞི་ལ་མོ་ཡིག་ལ་སྟོགས་ཡིག་
ཟུག་བཀོད་པའམ་རྟེན་སྟེན་ལྷ་དང་དཀར་པོ་གཅིག་དང་སྟེང་བ་
སྟོགས་མཐུད་བྱས་ལ། རས་དཀར་དྲི་མེད་ཀྱི་སྟེང་དུ་དེ་དག་གང་ཡིན་
པ་བཞག་ནས་ཐུགས་རྒྱུ་ཅེན་པོའི་མདོན་རྟོགས་གང་དུང་བསྟོམས་ལ།

བསྐྱེད་དམིགས་ནི། རང་ཉིད་འཕགས་མཆོག་ཐུགས་རྒྱུ་ཅེན་
པོའི་སྐྱེད། གསལ་བའི་ཐུགས་ཀར་རྒྱ་སྟེང་རྟེ་ཡིག་མཐར། ཡིག་ཟུག་
འཁོར་བའི་འོད་འཕྲོས་དོན་གཉིས་སྟོས། ཚུགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྐྱེས་
དང་བཅས་པ་ཡིས། ཐུགས་རྒྱུད་བསྐྱེད་ཁོང་མདོན་ཤེས་གསལ་ཅན་
ཀུན། འོད་དང་བདུད་ཅིའི་རྣམ་པར་རབ་བསྐྱེད་ནས། དམིགས་
རྟེན་དང་ཤོ་ལ་ནི་སྐབ་སྐབ་ཐེམ། རྟེན་དང་སྟེང་བ་ལ་དེ་བཞིན་
བསྐྱེད། གསུམ་ག་ཡོད་ན་དམིགས་པའི་རྟེན་རྣམས་ལ་དམིགས་རྟེན་དང་
ཤོ་ལ་ནི་སྐབ་སྐབ་ཐེམ། རྟེན་དང་སྟེང་བ་ལ་དེ་བཞིན་བསྐྱེད། གསུམ་

ཀལྔ་ན་དམིགས་པའི་རྟེན་རྒྱུ་ལ་ནི་ཞེས་བཟུང་། འབྲུལ་མེད་སྒྲུང་
 གསལ་བ་ཡི། མངོན་ཤེས་བད་སྟོན་ལུག་སྤྲུམ་མཆོག་ས་པར་ཤོག །
 ཅེས་ཡིག་རྒྱག་བརྒྱས་ཤིང་ཕུ་བདེ་བས། རྟེན་ལ་དྲི་ཞེས་འབྲུལ་ན་
 འབྲུལ་བའི་རྟེན་ས་ཡིན། ལག་རྩ་ལེན་པའི་ཆེ། རང་ཉིད་སྤྲུགས་རྩེ་ཆེན་
 པོར་གསལ་བའི་མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་འཕགས་མཆོག་སྤྲུགས་རྩེ་ཆེན་
 པོ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཅ་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲ་མ་ཡིད་མ་སངས་རྒྱས་བྱང་མེས་ས་
 དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྦྱོང་སྤྱང་ལ། ལྷ་སྤྲུ་གཞི་བདག་མངོན་ཤེས་
 ལ་དབང་ཐོབ་པ་ཐམས་ཅད་རྟེན་འབྲེལ་བརྟན་པའི་དཔའ་བོར་
 བརྟུགས་པར་གྱུར། ཅེས་མོགས་བཟོད་ལ་ཡིག་རྒྱག་ཅི་འབྲུལ་བརྒྱས་
 བས་ཤོ་ཕྱིང་ལ་ཕུ་བདེ་བ་སྟེ། བདེན་པ་བདར་བ་ན་མོ། འཕགས་
 མཆོག་སྤྲུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཅ་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲ་མ་ཡིད་མ་
 སངས་རྒྱས་བྱང་མེས་ས་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྦྱོང་སྤྱང་ལ། ལྷ་སྤྲུ་
 གཞི་བདག་མངོན་ཤེས་ལ་དབང་ཐོབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐུ་དང་རྩས་
 པ་ལ་བརྟེན་ནས་རྫོང་མཐོང་གི་མོ་འདི་གསལ་བར་གྱུར་ཅིག འབྲུལ་དུ་
 མ་འབྲུག་པར་བཟང་ངན་སྒྲུང་དོར་བདེན་རྒྱུན་གྱི་ཤན་ཐང་ཕྱིས་ཤོག
 སྤྱོད་ཆེ་བདེན་བདར་ལན་གསུམ་བུས་ཉི་བརྟན་བྱའི་མིང་བཟོད་པའམ་
 ཡིད་ལ་དུན་པར་བུས་ཉི། རྣམ་རྟོག་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཆོད་པར་ཆོས་
 ཉིད་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་རང་དུ་མཉམ་བཞག་ལ། ཤོ་རྟེན་འབྲེལ་བའི་
 ཐད་དུ་སྤྱིལ་ནས་འཕང་ངོ། དེ་ནས་བརྟན་བརྟན་པ་ནི། ཨོ་མ་ཉི་
 པད་མེ་ལྷོ། ཅི་མང་བརྒྱས།

ཨོ་བཅས་དྲུག་གི་རི་པོ་ལ། གཡོ་འགྲུལ་མེད་ཅིང་ཤིན་ཏུ
བརྟན། ལྷ་རོ་དགྲུང་ལས་མཐོ་བའི་མོ། ལྷ་ཆེན་ཆངས་པའི་མོ་ལྷ
ཡིན།

ཆོས་ལྷ་དཔག་བསམ་ཕྱོད་ཤིང་ལ། ས་ལམ་འབྲས་བཟང་སྒྲིན་
པའི་མོ། བཤད་སྒྲུབ་གང་ཡང་འགྲུབ་པའི་མོ།

གཞི་ལྷ་རིན་ཆེན་ཁང་བཟང་ལ། འཕོ་འགྲུར་མེད་ཀྱང་ཁྱད་
པར་དུ། སྒྲུ་མ་མེར་མའི་མོ་ལ་བཟང་།

མཆོར་ལྷ་གམེར་འོད་ས་བཅུ་འཕ། གཡང་སྒྲུབས་ལན་ཆགས་
གཏོར་མ་བསྒྲོ།

སྒྲི་ལྷ་གམེར་གྱི་བུ་མ་བཟང་ལ། ཁྱི་བཅུད་བདུད་ཅི་འི་གཡང་
ཆགས་ཏེ། འཕྲུལ་ཁྱེན་འགྲུབ་དང་མི་གཅང་འཛེམ། རྟེན་ལ་ལྷག་
སྒྲིར་ཆོགས་གསོག་དགོས། ལྷ་དབང་རྒྱལ་པོའི་སྒྲུ་འབྲུམ་དང་། ཆ་
འབྲུམ་ཡིག་བརྒྱ་གམེར་ཟམ་སོགས། འབད་ན་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པ་
ཡིན།

ནོར་ལྷ་རི་ལྷང་གང་བས་བཟང་། འོན་ཀྱང་རྟ་ལ་རྟ་མགིན་
སྒྲུ། བཞེངས་ཏེ་རྟ་སྒྲུས་རྟ་སྒྲུད་པ། ར་ལྷག་ས་ན་གོད་རོ་ཡོད།
གདུགས་དཀར་ཅི་འགྲུབ་བཏོན་ན་བཟང་། བརྟབ་པའི་ལོ་རྟོག་ལྷན་
སྒྲུ་ཆོགས།

དོན་ལྷ་དོན་ཆེན་ལྷ་ར་དུ་འགྲུབ། རྒྱང་ཡང་རྒྱང་བཟང་འགྲུངས་

ནའབྱུང། ཆོང་དོན་ཡིན་ན་ཤིན་ཏུ་བཟང་། འོན་ཀྱང་དཔུང་ཁྱེན་
གསོལ་ཁ་དང་། བསང་མཆོད་བྱས་ན་ལྷག་པར་འབྱུང།

ནད་ལྷ་ལ་ནི་སྤྲུལ་སྤྱོད་མེད། ལྷག་ཡོས་གཉིས་ཀྱི་ལོ་མལ་
བཟང་། བྱི་ཕག་ལོ་ལ་ཅུང་ཟད་རྩུབ། མགོ་དང་རྩོད་ན་བ་
འབྱུང་། དམར་གྲུབ་སྟེང་གདོན་དོ་ཆེ་བས། རྩ་མཁྱིན་སྤྱ (གུར་)
དྲག་དམིགས་བཅེ་མ། རྒྱལ་པོའི་གསོལ་ཁ་བཀའ་ཐང་སྟོག ། སྤོན་
དང་སྤོན་པ་བསྟེན་ན་ལེགས། རྩ་པ་སྤོན་ལས་སྤོན་པ་བཞིན། རིམ་
གྱིས་དྲུངས་པར་འབྱུར་བའི་མོ།

གདོན་ལྷ་ནམ་ལངས་ཡོས་ཀྱི་དུས། རྒྱལ་པོ་གནས་པའི་ས་ཆ་
དང་། ཤར་གྱི་ཕྱོགས་ནས་འོངས་པ་ཡི། ས (སྤོ) སེར་ཁ་དོའམ་མགོ་
ཉགས་ཅན། དེ་འདྲའི་ལག་ནས་སྤངས་པའི་རྩས། ཤིང་ལྷགས་ཀོ་
བག (ལྷགས) གང་ཡང་རུང་། བྱིམ་གྱི་མཚོ་ས་ཁྱིལ་ལ་བཞག །
ཡང་ན་བྱང་ཕྱོགས་མི་ཆེན་དང་། ལྷགས་པའི་ལག་ནས་དཀར་པོའི་
རྩས། བྱང་པ་རང་གི་མགོ་སྟེང་བཞགས། དེ་ལ་རྒྱལ་པོས་གནོད་པ་
འདུག ། བམ་སྟོད་བྱི་ཡི་དུས་ཀྱི་ཆེ། རྩེ་ལམ་ཉགས་ཅན་རྩེས་པ་
ཡོད། རོས་འཛིན་དཀར་པོ་ཉགས་ཅན་རྩམས། དཀར་པོ་ལེབ་ལེབ་
ཞབས་སུ་ཡོད། ཡང་ན་ཤིང་དོའི་གུར་ནང་ཡོད།

མགོན་ལྷ་པར་འགྲོ་བྱུར་དུ་འགྲོ། བམ་ལངས་དུས་སུ་བྱུགས་
ན་བཟང་། བསང་དང་རྩུང་རྩ་བྱས་ན་བཟང་། ཤར་ཕྱོགས་ཕྱོགས་
བཞིར་སོང་ན་བཟང་། མཆོམས་བཞིར་དག་རྒྱུན་དོ་ཆེ་བས། རིམ་

གྲོལ་གསལ་བཅུ་ལྟ་སེལ་དགོས། བཟ་ཤིས་བཅོལ་སྐྱོད་དང་གདུགས་
 དཀར་འདོན། ཚུར་ཁོང་མགོན་པོ་ལྷུང་ཏུ་སྒྲེབ། དེ་མིན་སྐད་ཆ་
 གསལ་བོར་ཐོས། ཡང་ན་སྒྲུ་མ་སེར་མོའི་རིགས། ཁྱི་སྒྲེང་ནས་ནི་མ་
 བཞིངས་པ། སྒྲེས་བྱ་ལམ་ཏུ་ཁྱགས་པ་ཡིན། ཐག་ཉེ་མགོན་པོ་མི་
 སྒྲེབ་དོ། ཏུས་ཆད་ཚུ་ཕན་འབབ་པའི་རྒྱན། ལྷུང་ཏུ་ཚུ་བོ་ཆེ་དང་
 འཕྱད།

དག་ལྟ་དག་ལས་རྒྱལ་བས་བཟང་། འོན་ཀྱང་དག་ལྟའི་
 དཔུང་བཞོད་དང་། ལྟ་བསང་སྒྲོལ་མར་འབད་ན་ལེགས། དམག་
 རག་ར་མདའི་མོ་ལ་བཟང་།

བོར་ལྟ་ཤར་ཚུགས་རི་ཆེ་དང་། ལུང་ཆེན་ཕུ་དང་ཐག་དཀར་
 ཆེན། ས་རྒྱགས་དཀར་པོ་ཡོད་པའི་སར། བཅའ་ན་ལྷུང་ཏུ་རྟེན་
 པའི་དོ། མ་རྟེན་གྲོང་གི་ཏུད་ཆང་ལྗེའི། ཁྱི་སྒྲོ་བྱུ་དང་ཐུབ་བྱུང་
 མཆོམས། རྟ་པ་ཞིག་དང་མི་དཀར་པོ། སྒྲེ་བའི་མཆོན་པ་ཅན་གྱིས་
 བརྒྱས། འཕྱལ་ཏུ་བཅའ་ན་རྟེན་པ་ཡིན། བོར་སྒྲོར་རྒྱུང་ཏུ་རི་རིགས་
 ཡིན་ན། ཁྱི་དང་ས་ཡི་མཐོས་དང་། བཅོན་ས་དཀར་པའི་རྟེགས་
 (ཉག) ཅ་རུ། ཡོད་དེ་ལྷུང་ཏུ་རྟེན་པར་འགྱུར། རྒྱུ་མ་ཤར་དང་
 ཤར་རྟེན་མཆོམས། ཅར་གཅོད་བྱེད་པའི་མོ་ལ་བཟང་།

བཤད་ལྟ་ཁྱེད་དང་ཁ་མཆུ་ནི། མ་གྲེལ་དལ་བྱར་འབད་ན་
 བཟང་། སོ་སར་འབྱང་མ་དཔུང་རྒྱན་དང་། སྒྲོལ་མ་གདུགས་
 དཀར་ནན་ཏུ་བྱ། བཤད་ཤེར་བྱས་ན་རང་རྟེན་རྒྱལ། མཏུག་གོས་

བྱས་ན་འགྲིག་པ་ཡིན།།

སྤྱི་ཕྱ་མི་སྤྱ་བྱད་མེད་དང་། བྱིས་པ་ལ་སྐྱེས་པ་ལ་བརྒྱུ་མས།།
ཟབ་པ་བཅོས་ཤིང་ཡིག་བྱུག་བཅོམ་ན།། ང་རྒྱལ་སྤངས་ནས་དགེ་
བསྐྱབས་ན།། ལྷ་ཡི་ལྷས་སུ་སྤྱེ་བ་དང་།། སྤྱེ་མ་སེར་མོ་ཁོང་དག་
རྒྱུ་མས།། བཤད་སྤྱབ་ལས་ལ་བཅོམ་བྱས་ན།། བདེ་བ་ཅན་དུ་སྤྱེ་བར་
འགྱུར།།

མོ་འདི་ཅི་བཏབ་བཟང་བས་ན།། དཔྱད་དེ་རིམ་གྱིར་འབད་
གྱུར་ན།། བར་ཆད་གང་ཡང་མི་རྒྱུག་མེད།། དེ་ཕྱིར་མོ་འདི་ཀྱེན་ལ་
གཅེས།།

མ

མ་བབས་ནི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡིན།། འོད་ཀྱིས་སྤྱན་པ་སེལ་
ན་ཡང་།། དག་གཅན་གདོང་དང་སྤྱན་ནག་གིས།། སྤྱི་བྱར་གོས་ན་
དགེ་བ་རྒྱུང་།། གནམ་བསྐོས་རྒྱལ་པོའི་མོ་ལྷ་ཡིན།། འོན་ཀྱང་ལྷ་རྩ་
རྩུང་ཟད་དམའ།། བསང་དང་གསོལ་ཁ་བྱས་ན་ལེགས།།

ཆོས་སྤྱ་ཏ་ཅང་མི་རན་ཅམ།། ཆོ་སྤྱབ་བདུད་ཀྱི་བར་ཆད་ཆེ།།
ཤིང་སྤྱིང་བར་ཆད་ལམ་སེལ་ནི།། ཅི་ཡང་བཏོན་ན་རྒྱུག་པར་
འགྱུར།།

གནི་ཕྱ་ལ་ནི་རྩུང་ཟད་འཆུག།། ས་སྤྱིང་སྤྱ་བཞེངས་ཆ་ཆ་
འབྱུམ།། བཀའ་རྒྱུགས་ཏ་མགྲིན་གཏོར་རྒྱུག་བྱ།། སྤྱིས་པ་དར་མའི་ས་
མལ་བཟང་།།

སྒྲིལ་བུ་ཡི་སྒྲུབ་བ་མེད། ། བུ་མོ་ལྷན་ཤིང་ལོ་འདབ་ནི། ཆེ་
བཤེགས་བ་མས་འཛམས་ཉེན་ཡོད། ཆེ་ལྷུ་ཆེ་བསྐྱེན་ཅི་མང་
དང་། ཉེན་ལ་ཕྱག་སྒྲོར་མར་མེ་ལུ། ལྷགས་མདུད་སྤྱི་མནན་བྱས་
ན་བཟང་།

ནོར་ལྷ་གྲོང་གོང་སྒྲོང་(རྒྱང) དམར་འཁུབ། ལྷར་དུ་ས་སྤྱོར་
གཞི་བདག་མཆོད། ཆེ་འབུམ་རྒྱ་བཞི་ཁ་འབར་མདོས། སྒྲོལ་མའི་
མརྒྱལ་བཞི་ཆོག་དང་། གསེར་འོད་ས་བཅུ་ར་ལྷ་དང་། གཡུང་
རྒྱབས་ལ་སྤགས་བརྟོན་འབད་ན། དྲག་མནན་རྒྱག་འཆིང་ཆོད་ལྷན་
བྱ། ལོ་རྟོག་བཏབ་པ་སྤྱེ་བའི་མོད།

དོན་ལྷ་ཆེ་ཆུང་གང་ཡིན་རུང་། ཤིན་ཏུ་འབད་ན་རུང་ཟད་
འབྱུབ། ཆོང་དོན་གསེར་དབུལ་ལ་སྤགས་བཟང་། གཞན་དག་མི་
བན་ཅམ་ཞིག་འོང་།

མཆོར་ལྷ་བྱང་ལྷར་གོང་ཁའི་ངོ། ལྷར་དུ་གནས་སྤྱོར་ན་
མགིན་གྱི། གོང་སྤྱི་མནན་པ་ཆོད་ལྷན་བྱ།

ནད་ལྷ་ལྷ་གཅིག་ཚུན་ཆོད་དུ། ལྷན་དང་རིམ་གྲོས་མ་
བསྐྱོགས་ན། ཆེ་སྒྲོག་འཇའ་འོད་ཡལ་བའི་ངོ། བྱ་སྤྱེལ་གཉིས་ལ་
གྲོང་ངོ་ཡོད། ཉ་རྒྱུལ་ལོ་བ་ཡིན་ན་བཟང་། བཤམས་སྤོང་ལ་སྤགས་ན་
བདང་། གང་མཁྱིས་ཆུ་སེར་བནག་ངོ་ཆེ། སད་གྲུ་ལྷུ་ཡིས་གནོད་པ་
ཡིན། ས་གཞན་ལྷུ་ལྷ་གཉིད་པ་འཇ། ས་བཞོས་དོ་སྒྲོག་ཕྱག་ལྷག་
ཤོར། ལྷ་བསང་ལྷ་གཉོར་འབྱུགས་བཅོས་འབད། ལྷན་དང་ལྷན་

པས་ཕན་དཀའ་བས། ལྷན་སྒྲུབ་འདོན་དང་གཟུངས་བསྐྱུས་སྒྲིགས།
མོ་འདྲེ་དགར་དང་བན་དེ་ལ། ཆོས་སྒྲོན་གྱི་ཆེར་འདྲེན་པར་བྱ། དེ་
ལྟར་བྱས་ན་ལེགས་པའི་ངོ་།

གདོན་ལྷན་གྱི་ལ་གདོན་ཅན་གྱི་ཙམ། ཉི་ཤར་འབྲུག་གི་དུས་གྱི་
ཆོ། དམར་སེར་གྱི་བཞི་མཆོད་ཆ་དང་། རས་སྐྱུག་དཀར་གོས་གང་
ཡང་རུང་། ཡང་ན་བན་དེ་བྱད་མེད་གྱི། ཀ་ཅ་སྟོང་དང་ཟས་ངན་
རོགས། རྩ་སྒྲིགས་ས་ནས་འོངས་པ་ཡི། བན་པོན་གང་རུང་ལག་པ་
གཡས། ཉགས་ཅན་མེ་ཡིས་རྟ་དམར་ཞོན། དེ་འདྲའི་ལག་ནས་
སྒྲུངས་པའི་རྩལ། བྱིམ་གྱི་བར་སྐྱེད་མཆོམས་སྤྱབ་ཞག ། ཡང་ན་
དམར་པོ་སེར་པོའི་རིགས། ནད་པ་རང་གི་ལག་ན་ཡོད། རྟོད་ལྷན་
མཉེས་(གཉེས་) པ་ཕག་གི་དུས། ནད་གྱི་གཞི་ནི་བྱུང་བ་ཡིན། རོས་
འཛིན་དཀར་པོ་ཉགས་ཅན་རྣམས། བྲ་བྲ་རྒྱ་གམ་ཞབས་སྤྲོད།
ཡང་ན་སྟེང་དུ་སྟོང་ནད་བཅུག ། ཉེན་གསུམ་ཡོད་པའི་ལེགས་ན་
ཡོད།

མགོན་ལྷན་པར་འགོ་རེ་ཞིག་འགྱུར། ཉི་ཤར་དུས་སྤྱབ་ཀྱི་གས་
ན་བཟང་། བོར་སྟོར་སྐྱུན་ཆོགས་ཡོད་པའི་ངོ་། རྟོད་དང་བྱང་ལ་འགོ་
བབ་བཟང་། གཞན་རྣམས་ངན་པས་རིམ་གྲོ་ལ། འོད་ཟེར་ཅན་དང་
སྒྲིལ་མ་དང་། རྩལ་ས་བཅུའི་ལྷན་སེམ་ཅི་མང་ཐོན། རྩུར་འོང་ཐག་
རིང་མགོན་པོ་ནི། ཞག་གསུམ་རྩུན་ལ་མ་སྐྱེབས་ན། འགོར་གཞི་
རྩུང་བྱང་འགྱུར་པའི་ངོ་། ཐག་ཉེ་ལྷན་དུ་སྐྱེབ་པའི་ངོ་། དུས་ཆོད་

(ཆད)འཕྲུལ་དུ་སྤོང་ན་འཛོམ། ཞག་གསུམ་འབྲངས་ན་མི་འཕྲད་
པའི། རྩེད་དུ་ཁ་ཉེས་སྒྲུས་ཤོམ་ཡོད།

དག་ལྟ་དག་མགོ་རེ་ཡིས་བརྒྱམས། ཀྲན་ངོ་རྩེད་ཟད་ཡོད་པ་
འདྲག ། བསང་དང་རྩེད་ཉ་དག་མཐོང་བ། དམག་ཇག་གཉིས་ཀྱི་
མོལ་བཟང་། ར་མདའི་མོལ་མི་སྒྲིབ་ངོ་། གང་ཁྱིམ་ཅེར་ནི་ཚྭ་གསུ་
ཆོད།

བོར་ལྟ་ལྟ་ཚྭ་གསུ་རེ་ལྟང་ངམ། ཤིང་དང་གད་པ་ཡོད་པའི་
སར། ལྷུང་དུ་བཅའ་ན་རྩེད་པ་དང་། ཡང་ན་གཞན་གྱིས་རིག་ཟེར་
སྐད། འབྲངས་ན་མི་དམར་ཞིག་གིས་བསྐྱས། ལྷུང་དུ་ཤིང་ཡོད་
མཐུན་དུ་ལྷ། གཡས་སུ་བྲག་དང་ཁྱིམ་སྒོ་ཤར། བསྐྱར་པའི་ཚྭ་གསུ་
སུ་ཅར་བཅད་ན། ལྷུ་ལོར་ལག་དུ་འབྱོར་བ་ཡིན། ལྷུང་ལྷུང་ལྷུ་ཡི་
རིགས་ཡིན་ན། ཐག་ཉེ་སྒོ་དུང་ཕྱི་ནང་མཆོམས། ལེབ་ལེབ་གསེབ་
དང་འགྲོ་ཚྭ་གསུ། ས་དེར་ཡོད་པས་རྩེད་པར་འགྱུར། ཀྲན་མ་ལྟོ་
དང་ལྟོ་བྱུ་བ་མཆོམས། ཅེར་གཅོད་བཟླ་དཔྱད་བྱས་ན་ནི། མི་ཡིས་
རིག་པར་བཤད་ནས་འོང།

བཤད་ལྟ་ཁ་མཆུ་སྒྲིང་བཞོད་ནི། རྟོག་རིག་(བསྐྱུག་རིག་)
བཤད་ནས་ཆོད་དཀར་ཡང་། སྒྲིལ་མ་ཁ་མཆུ་ནག་པའི་གཟུངས།
རྩེད་འདོན་བྱས་ན་མི་སྒྲིབ་ངོ་། བཤད་ཤེར་བྱས་པའི་མོལ་ཡང་། ཁ་
མཆུ་ནག་པོ་བཏོན་ན་ལྷུ། ལྷུ་གནང་མོལ་གནང་ངོ་ཡོད། མཐུན་
སྒོས་བྱེད་པའི་མོལ་ནི། མང་པོ་བཤད་མཐར་འགྲིག་པར་འགྱུར།

གྲེ་ལྷ་པལ་བ་མི་སྤྱད་དང་། བྱིས་པ་བྱད་མེད་ཡིན་ན་ནི། ལྷ་
 མིན་མིན་པའི་ཡུལ་དུ་སྤྱེ། ཐ་མ་རྒྱུ་གཙོ་བོ་མ་ཆི་དང་། སྤྱང་གནས་
 བསྐྱེན་གནས་སོགས་བཙོན་ན། རྒྱ་གར་ཡུལ་སོགས་མི་ཡུལ་གྱི།
 བཙུན་པར་སྤྱེས་དང་མཐོ་རིས་གྱི། གོ་འཕང་ཅམ་ཁྱིག་འཐོབ་པར་
 འགྱུར། སྤྱེ་མེད་དམ་ཆོག་ལྷན་པ་རྣམས། སྤྱར་ཡང་དགེ་སྤྱོད་ལུས་
 སྤངས་ནས། དགེ་ལ་བཙོན་ཁྲིད་ཤར་ཕྱོགས་སྤྱེ། མངོན་པར་དག་
 པའི་ཁྲིད་དུ་སྤྱེ།

མོ་འདི་ཅི་བཏབ་ངན་པས་ན། སྤྱོད་ཐབས་རིམ་གྱི་རྒྱ་ཆེན་
 ཟ།

ཏི

ཏི་བབས་གཡུ་ཡི་རྩོན་ཤིང་ཡིན། ཏི་བཟང་འབྲས་བུས་བྱལ་
 བམང་། འཁོར་ལོའི་སྤྱར་རྒྱལ་མོ་ལྷ་ཡིན། ལྷ་རྒྱུ་ཅུང་ཟད་མཐོ་ན་
 ཡང་། ལྷ་ལ་གསོལ་ཁ་ཆགས་པའི་མོ། སྤྱང་མ་མཆོད་དང་གསོལ་ཁ་
 ཟ། རྩེ་བརྒྱད་བཟན་དང་རྒྱུད་ན་ཚུགས།

ཆོས་ལྷ་ཆོས་མཐར་ཕྱིན་པའི་མོ། བཤད་སྤྱབ་གང་གི་བྱ་བ་
 འགྲུབ། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་འཇུགས།

གཞི་ལྷ་གསེར་གྱི་ས་གཞི་ལ། ཏུང་གི་ཁང་བཟང་འཇུགས་
 པའི་མོ། བྱད་པར་སྤྱེ་མ་སྤྱོད་དཔོན་ལ། གཞན་མན་བྱགས་རྩེ་
 འབྱུང་བའི་མོ། འོན་ཀྱང་བྱིས་རྒྱུང་ས་མལ་ལ། ལྷ་རྒྱུ་ཅུང་ཟད་
 བབས་པ་ཡིན། རྣམ་འཛོམས་བུམ་སྤྱབ་བྱལ་བྱས་དགོས།

མཆོར་ཕུ་གཡང་གི་བུམ་པ་དེ། བདུད་ཅི་བཅུད་ཀྱིས་གང་
བའི་མོ།

སྤྱི་ཕུ་འཇའ་འོད་གྱུར་ཁང་དེ། རེ་ཞིག་ལྷགས་ཀྱང་ཕྱགས་མི་
བཟུང་། མོ་འཇེ་བཤད་ཁས་གནོད་པ་ཡིན། སད་པ་ལ་ལྷགས་པའི་
གནས་བཟང་དུ། ཆེ་འབུམ་ཕུར་བའི་དོ་འབུམ་དང་། རྩེ་དཔལ་
ཁར་བྱངས་ན་བཟང་། མ་ཅི་ཅོད་ར་ལུས་ཆད་དང་། ཆོ་ཐར་ཕྱག་
སྒོར་མར་མེ་ལ། རྒྱན་དུ་བཅོན་ན་རིག་ལྡན་བྱ། འབྱུང་བར་ཐེ་ཆོམ་
བྱ་མི་དགོས།

དོན་ཕུ་གྱུན་ལ་བཟང་ན་ཡང་། ཏ་ལ་ཏ་མགྲིན་བསྐྱེན་ན་
བཟང་། རྒྱན་སྤྱི་སྤྱོད་ཆར་བྱེ་བ་བཅོས། གནག་ཕྱགས་ས་ལ་གྱུར་
ངོ་ཡོད། རྩེ་གཏོར་ལན་ཆགས་གཏོར་མ་བྱ། རྩེ་པར་བེད་རྩེ་ར་
ལྷགས་པ། མགོན་པོའི་གཅི་རྒྱབ་བྱས་ན་བཟང་། ལོ་ཏྲིག་བཟབ་པ་
བཟང་ན་ཡང་། ཆོགས་ངོ་རྩེ་བྱང་ཡོད་པའི་ངོ། རྩེ་བརྒྱད་མཆོད་
པ་རྒྱན་འདོན་བྱ།

དོན་ཕུ་དོན་ཆེན་གཞན་གང་དང་། བཟུང་ན་རེ་ཞིག་
འགྲུངས་ནས་འགྲུབ། དོན་རྩེ་ཡིན་ན་འགྲུབ་པ་དགལ། ཆོང་དོན་
ཕྱན་སྤྱི་ཆོགས་པར་འགྲུབ།

ནད་ཕུ་ནད་གཞི་ཆེ་བར་འདུག ། ཆོ་ཡི་མདུད་པ་རྩེ་བྱང་
གྲོ་ལ། ཆོ་ཐར་བརྒྱ་དང་ནམ་རྒྱལ་མའི། རྩེ་མཆོད་ཆོད་པ་ག་རྩེ་
སྤྱབ་ཞེས། བྱ་སྤྱེལ་ལོ་བ་ཡིན་ན་བཟང་། ཏ་སྤྱལ་ཞག་གསུམ་འཆོ་

དགའ་བ། ཟག་རྒྱུ་ཚད་པའི་ནད་ཀྱིས་བཏབ། གྱིབ་དང་སྤྱོད་
 གདོན་གཞོན་པ་དང་། ཡང་ན་གོས་གྱིབ་ཡིན་ན་ཐང་། སྤྱོད་དང་
 སྤྱོན་པས་ཕན་པ་དགའ། མདོས་དང་ཡས་རྒྱུད་ལན་ཆགས་བསྟོ།
 གསུང་དང་དབང་ཆོགས་མང་བསྐྱབས་ན། ཞག་གསུམ་འཕྲོ་ནས་
 དགའ་ཁལ་ཡོད། འོན་ཀྱང་འབྱུང་ཕྱོགས་ཆེ་བས། སྤྱོད་སྤྱོད་དང་
 མར་མེ་སྤྱོད། བསྐྱལ་བཟང་བརྒྱ་ཚར་འདོན་པ་དང་། མ་ཐུབ་བརྒྱ་
 རྩོགས་ཐུས་ན་བཟང་།

གདོན་ཕྱ་ཉི་དྲུག་རྒྱུ་ཀྱི་དུས། ལུ་ཀྱི་ཚྱུགས་ནས་ཉི་བ་
 ཡིན། གཉེན་དང་མཛའ་བཤེས་ལག་པ་གཡོན། ཉགས་ཅན་ལག་
 བས་སྤངས་པའི་རྩལ། རྩོ་ནག་ཕྱག་དྲིལ་ཐུས་པ་ཞིག ། བྱིམ་
 དཀྱིལ་ཐབས་པའི་ཚྱུགས་སྤྱུའི། ཡང་ན་དྲི་རི་ཤི་བའི་སར། སྤངས་
 པའི་རྩལ་ཤིག་གཞོན་པ་འདྲ། རོས་འཛིན་ཕྱོན་པོ་ཉགས་ཅན་ནས།
 གྲུབ་བཞིའམ་སྒྱ་སྒྱུའི་ཞབས་སྤྱ་ཡོད། ཡང་ན་སྤྱོད་དུ་མིག་མང་
 ཡོད། ཉག་མང་ཡོད་པའི་འོག་ན་ཡོད།

བཤོན་ཕྱ་མར་འགྲོ་བཤོལ་དགོས་ཡོད། འགྲོ་ན་ཉི་མ་དྲུག་ཀྱི་
 དུས། བཀྱགས་ན་ཁ་འཛིན་ལྟ་ཡིས་ཕྱེད། ཤར་བྱང་མ་གཏོགས་
 ཚྱུགས་གང་དུ། སྤང་ཡང་བཀྱ་ཤིས་བདེ་ལེགས་འཕེལ། རྒྱུར་འོང་
 རྒྱར་དུ་སྤྱེབས་པའི་རོ། བོར་སྤྱོད་ཁ་མཆུ་དམར་རོ་སོགས། ལུང་རེ་
 ཡོད་ཀྱང་ཤོར་ཉགས་མེད། ཐག་ཉི་མ་ཤོན་པོས་གཞི་མ་བཀྱགས།
 དུས་ཚད་རི་རྒྱར་བསམ་བཞིན་འཕྲད།

དག་ལྟ་ལ་ནི་དག་ཀྱང་མེད།། བོར་སྟོར་ཁ་མཆུ་དམར་ངོ་
སྟགས།། བོར་སྟོར་ཡོད་པས་དྲིགས་ཐོན་གྱིས།། དེ་ཡི་མོ་ལ་ཁྱར་བེང་
ཡོད།། སྟོན་ནི་ཅི་ཡང་མེད་པ་ཡིན།། དམག་ཇག་མོ་ལ་བྲག་ངོ་
བབས།། ར་མདའི་མོ་ལ་སྟེབ་ངོ་བབས།།

བོར་སྟོར་ཤར་སྟགས་གོང་ཁྱེར་ནང་།། ལྷར་དུ་བཅའ་བས་རྟེན་
པའི་ངོ་།། མ་རྟེན་དབྱང་རྒྱན་མང་བཏོན་ན།། མི་སྟོན་རྟ་སྟོན་ཅན་
གྱིས་སྟོན།། ཡང་ན་རུབ་སྟགས་ཆུ་འགམ་དུ།། བཅན་སར་གིས་མི་
མཐོང་མར།། ཡོད་དེ་ཆོགས་ངོ་རྒྱང་བད་འདུག ། གཞན་ལ་དྲིས་
པས་ཅད་ཆོད་པས།། ཡུན་རིང་དལ་གྱིས་རྟེན་པའི་ངོ་།། བོར་སྟོར་
རྒྱང་དུ་འདྲི་རིགས་ཡིན་ན།། ཐག་ཉེ་བྱིས་དང་རང་གི་བྱར།། ཡོད་དེ་
གཞན་གྱིས་རྟེན་པའི་ངོ་།། ཀྱང་མ་རུབ་དང་རུབ་བྱང་མཆོམས།།
ལྷར་དུ་ཅད་ནི་མི་ཆོད་ངོ་།།

བཤད་སྟུ་ཁ་མཆུ་ལམ་དུ་འགྲོ།། རིམ་གྱི་མ་ཉི་བྱི་ཆར་དང་།།
བསང་མཆོད་བྱས་ན་ལམ་དུ་འགྲོ།། བཤད་ཤེར་བྱས་ན་འདྲ་འདྲ་
ཡིན།། བྲག་ནང་བཤད་གཏམ་མང་བཤད་མཐར།། གཞན་གྱིས་ཁྱས་
པའི་གནང་བར་འགྱུར།། མདུན་གྱིས་མོ་ལ་འགྲིག་ངོ་བབས།།

སྟེ་སྟེ་ཕོ་མོ་བྱིས་པ་ན་མས།། ས་མ་སྒྲམ་འེ་ཞབས་ཏྲོག་དང་།། ཁ་
བཏོན་བྱག་སྒྲོར་ཆེ་བྱང་དང་།། མ་ཉི་འདོན་དང་སྒྲོར་བ་དང་།། ཅོ་
དར་མར་མེ་མཆོན་བྱབ་སྟགས།། དག་ལ་གཞི་ལ་ན་མི་ཡུལ་གྱི།།
བཅུན་རྒྱང་རྒྱལ་བྱིས་སྟེན་པ་འཐོབ།། ཡང་ན་ལོངས་སྟོང་ཆེ་བར་

སྒྲི། དབང་པོ་ཚང་ཁིང་ཚས་ལ་དགལ། སྒྲ་མ་སེར་མོ་ཚུལ་བྱིམས་
ནམས། དཔལ་དང་ལྷན་པའི་ཁིང་དུ་སྒྲི། གཞན་པན་བྱགས་རྩེ་ཆེ་
བར་འགྱུར།

མོ་འདི་བཟང་ལ་ཁུང་བཟང་གྱི། འཕོ་འགྱུར་ཡོད་པས་དེ་མཉམ་
ལ། ཉན་ཉན་འབད་ན་རེ་བཟང་འགྲོ།

ཡན

པད་བབས་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་ཡིན། སྒྲ་བས་ཀྱན་ལས་གཡོ་
བར་འགྱུར། སྒྲིན་པོའི་རྒྱལ་པོའི་མོ་ལྟ་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱི་ལྟ་རྒྱུ་ལྟ་
དམལ། ལྟ་སྒྲུང་མཐོ་ལ་བཅོག་གོར་བ་ཡིན། ལྟ་རྒྱུ་ལྟ་སྒྲུང་འཁྲུགས་
པ་ཡིན། ལྟ་སྒྲུང་འཁྲུགས་པས་གཡང་ལྟ་ཉམས། གཡང་སྒྲུབ་དང་ནི་
ལྟ་སྒྲུང་མཆོད། མཐོ་ལ་བསངས་ལྟ་ཆབ་ཐོན་མོ་ཐོན། དཔལ་བྱུང་དཔལ་
མནན་དཔལ་འཆིང་བྱ། སེང་གཏོང་ལ་སོགས་ཚུལ་ལྟ་དགོས།

ཆོས་ལྟ་བུ་ཆགས་བཟང་ན་ཡང་། རྒྱུ་པའི་ཤོགས་ཀྱིས་
གྲིབ་མས་ཤོས། ཅི་བྱས་ཤིག་ལ་འགྱུར་གྱིད་པས། ཆོགས་བསགས་
སྒྲིབ་སྒྲིབ་རྒྱ་ཆེན་གྱིས། དཔལ་ལས་ཡིན་ན་འགྱུར་བ་དགལ།

གཞི་ལྟ་ལྟགས་ཁང་མེ་འབར་བ། ཉན་ཏུ་ལྟག་བསྐྱུར་འགྱུར་
པའི་མོ། རྒྱལ་བ་དེགས་གཞུམ་སྒྲུ་བཞེངས་ནས། དགོ་འདུན་རྩེ་ལ་
ཆོས་ཐོན་གཏོང་། བྱིས་རྒྱུང་སལ་ན་རོ་བབས། རྩོགས་སང་བྱད་ཁ་
ལང་བའི་རོ། དཔལ་རྒྱུ་གཏོང་མཐོང་། ཁམ་རྒྱུ་ནག་དང་བྱད་
མཐོང་རྒྱུ། ལྟགས་པས་མཐུ་བྱིད་མོ་ལ་བཟང་། ལྟ་དཔལ་མལ་

བར་བརྒྱུག་པའི་མོ།

མཆོད་ཕྱ་ལ་མེ་འཆོད་ངོ། ། ཐག་རིང་ས་སྤྱོད་བཀའ་ཆེན་
སྒྲིགས།

སྤྱི་སྤྱི་ཡི་བྱམ་བཟང་དེ། ། ཞབས་རྒྱུ་ལ་ལྟན་མི་འཆོག་
སྒྲིགས། གདོན་སྤྱོད་ལ་ལྟན་པ་དང་ཆུང་སྤྱི་དགས། ། རྒྱུག་པའི་ལྷགས་
མཐུད་མོ་ལ་བྱ།

དོན་སྤྱོད་རི་ལྟངས་ལ་བཟང་། ། ཉ་མཆོག་ལ་ཉ་ཆུང་པའི་མོ། །
འོན་ཀྱང་གོང་ཁ་ཆེ་འདུག་པས། ། གཡང་འདོད་བརྒྱ་སྤྱོད་གཟུངས་
བརྒྱས་སྒྲིགས། ། ལོ་རྒྱུག་མེད་བས་བཅོམ་པའི་མོ། ། རྒྱུ་ཆུང་མཆོད་པ་
སྤྱི་གཏོར་གཏོར།

དོན་སྤྱོད་དོན་ཆེན་མི་འབྱུང་སྒྲིགས། ། དོན་ཆུང་ཆུང་རི་འབྱུང་བ་
ཐང་། ། ཆོང་དོན་མི་འོང་འགྲོད་ངོ་ཆེ། ། ཉ་དོན་ཉ་ཆོང་མི་སྤྱོད་ཅམ།

ནད་སྤྱོད་སྤྱི་གཏོར་གཏོར། ། ཅ་བ་འབྱུང་ཡིས་ཟས་པས་ལན། ། ནད་
གཞི་མེན་ཉ་ཆེ་པའི་མོ། ། བྱ་ཕག་ལོ་བ་ཡིན་ན་བཟང་། ། ལྷག་ཡིས་
གཞིས་ལ་མེན་ཉ་ཆུང་། ། བད་ཀན་གུང་བའི་ནད་ཀྱིས་ཐེབས། ། ལྷན་
དང་སྤྱོད་པས་དུག་སྤྱོད་འདྲ། ། རིམ་སྤྱོད་ཕན་པ་དཀའ་བ་ཡང་། ། བྱ་
སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་ཅི་སྤྱོད་དགོས། ། མེད་སྤྱོད་ཅི་དང་བཟུང་རྒྱུག་
འཕྲོངས། ། གཞིན་རྒྱུ་ཆོགས་རྒྱུ་ཆོགས་ཆེ་འདས་ཀྱི། ། རྒྱུག་མདོས་ཁ་
འབར་འཆི་བསྒྲིགས། ། ཆོང་བར་ཆོ་སྤྱོད་ཆོ་སྤྱོད་ཀྱིས། ། ཅི་མང་བྱས་ན་
མི་སྤྱོད་ཐང་། ། བྱད་སྤྱོད་རྒྱུག་ཐབས་མོ་ལ་བྱ།

གདོན་ལྷ་ཉིན་ཕྱིད་ཀྱི་དུས། བྱང་ཕྱོགས་བྱང་མེད་རབས་
 ཆད་ནི། ཀླུ་ལག་ཉགས་ཅན་འོངས་པ་དང་། ཤི་གཤེད་གནས་
 པའི་མི་ལག་ནས། རྩེས་ནག་ཐབ་ཅའི་རིགས་དང་ཡང་། སེར་པོ་
 འོད་ཅན་ལ་སོགས་གདོན། མོ་སྤྱི་དགར་བར་བྱས་ན་པམ། ཡང་ན་
 ལུང་ཕྱོགས་མི་སྤྱོད་གྱི། ལག་ནས་སྤངས་པའི་ཟས་ངན་གདོན། སྤྱོད་
 ལུང་བཞི་བ་སྤང་གི་དུས། མི་ལམ་ཉགས་ཅན་ངན་པ་མིས། རོས་
 འཛིན་སེར་པོའི་ཉགས་ཅན་ནམས། ཟུར་ཅན་གྱི་གསུམ་ཞབས་སུ་
 ཡོད། ཡང་ན་ཕྱིད་ཕྱར་འོག་གསལ་ཡང་། སྤྱོད་ཁ་སྤྱབས་པའི་ཞབས་
 སུལ་དང་།

མགོན་ལྷ་མར་འགོ་ལྷར་དུ་འགོ། དཔལ་ལྷན་ཡོད་པས་དཔལ་
 ཆོས་བྱ། དཔལ་ལྷན་ཉིན་གཟུངས་ཅི་མང་ཐོན། འགོ་ཆེ་ཉིན་ཕྱིད་
 བཀྱགས་ན་བཟང་། ལུང་དང་བྱང་དུ་འགོ་ན་བཟང་། གཞན་
 རྩེས་ངན་པས་དོགས་ཐོན་གྱིས། རྩེར་འོང་མགོན་པོ་གཞི་མ་
 བཀྱགས། ཕྱི་དལ་ཆེ་ཞིང་འགོར་བཡིན། ཁ་ཆོགས་གཏམ་ངན་ཡོད་
 པཡིན། ཐག་ཉི་མགོན་པོ་ད་ལྟར་སྤྱོད། ཁ་དགའ་ངོ་འཕྲུལ་བཅས་
 ཉི་འོང། དུས་ཆད་མི་འཕྱད་འཛིགས་པ་ཆེ།

དཔལ་ལྷ་ལ་ནི་དཔལ་ཆེན་ཡོད། ཕྱི་ནང་མཆོམས་ན་ལྷན་ངོ་
 འདུག རྩེ་བརྒྱད་མཆོད་པའི་རི་བམ་དང་། ལྷ་རྩེ་ལྷོ་ནུབ་ལ་དཔལ་
 མནན་ཞུ་བ། དཔལ་ལྷ་མོ་ལ་རྩེ་མི་ལེགས། ཉི་ཤི་སྤྱི་ཆགས་འོང་
 བཡིན། རམ་དའི་མོ་ལ་མི་སྤྱོད་པས་ངོ།

བོད་མུ་བྱང་ཚུགས་ཀྱི་འགྲུལ་དུ། ལྷུང་དུ་བཅུ་ལ་བས་རྟེན་ན
 བང། མ་རྟེན་རི་ཅེ་དུང་ཚང་གསུམ། ཡོད་པའི་ནང་གི་མིང་ན་ནི།
 ཤལ་མེད་ཁ་ཡོད་པ་ཡིས། ཐག་རིང་བརྒྱད་པས་རྟེན་པ་དགའ།
 བོད་སྟར་རྒྱུད་དུ་ཡིན་ན་ནི། རང་ཉིད་འགྲོ་བའི་ས་ཚུགས་སྟ།
 མ་ཉམ་པར་མི་འཛོག་ས་ཞིག་གི། ལེབ་ལེབ་ནག་པོའི་རྟགས་ཅན་
 ཅང། ཡོད་དེ་གཞན་གྱིས་རྟེན་ངོ་བབས། རྒྱན་མ་བྱང་དང་བྱང་
 ཤར་མཚམས། ས་བཅན་ལྷེ་བཅན་ཡུལ་ན་ཡོད། ཅད་གཙོད་བྱས་
 ཀྱང་དོན་མི་འགྲུབ།

བཤད་མུ་ཁ་མཆུ་བཤད་ན་ངན། བཤད་ཤེར་བྱས་ན་རང་
 ཉིད་མཐ། འུ་གནང་བྱེད་པ་མི་གནང་ཁར། རན་ཤག་འཐབ་མོ་
 བྱེད་ངོ་ཡོད། མདུན་གྲོས་དང་པོས་འགྲིག་འགྲིག་འདྲ།

སྟེ་མུ་དུང་འགྲོར་སྟེ་བའི་མོ། དེ་ལ་དྲི་མེད་བཤགས་རྒྱུད་
 དང། ལྷུང་བཤགས་ཡིག་བརྒྱ་མ་ཉི་དང། ལྷུང་གནས་ཆོ་བྱེད་
 མོགས་པའི། དག་པ་རྒྱ་ཆེན་བྱས་གུར་ན། འཛམ་གླིང་མི་ལུས་ཚུལ་
 ལྷན་འཛོལ། དེ་ཡིས་ཆོས་ལ་ཆེར་བཙོན་ན། གསང་བདག་དཔལ་གྱི་
 རི་བོ་རུ། མ་དང་མ་ཁར་འགྲོའི་ཆོགས་གལ་སྟེ།

མོ་འདི་ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་ངན། རིམ་གྲོས་འབད་ཀྱང་རྫོག་པ་
 དགའ།

མེ

མེ་བབས་མེ་རི་འབྲུགས་པ་ཡིན། ཆེར་འབར་ཐམས་ཅད་ཐེག་

པར་འབྱུང་། ལྷ་མཚན་ལྷུ་པ་པོའི་མོ་ལྷ་ཡིན། ལྷ་པོ་ཅུང་ཟད་དམའ་
བསམ་ན། ལ་ལས་རྒྱུང་ན་ཉམས་པ་པོའི་མོ། སྤོང་ལོ་ལྷ་རྒྱུང་མཚན་པོ་
མཆོད། རེང་འདིར་རེ་ཆགས་ཕྱག་དེས་གཤིས། མ་པོར་དེ་ལ་མཆོད་
བཞུག་དང་། བསྐྱར་བཤགས་འབྲུགས་བསྐྱར་ཅི་མང་དགོས། ཡང་
ན་མཁོན་པོར་ན་པའིག ། རོངས་པས་བྱིད་ཀྱི་ཕྱག་ལྷ་འབྲུགས། མོ་
འདྲེད་གར་དང་དུ་མ་དེས་ཕྱག་།

ཆོས་ལུ་དཀར་པ་ལྷན་སྤྱོད་། ཐུག་ཅི་བྱས་ལམ་དུ་འགྲོ།

གཞི་ལྟ་གཞི་ཡི་ནོར་རྩལ་རྣམས། རིམ་གྱིས་རྟེན་རྒྱུ་འགྲོ་བའི་
མོ། ས་དཔལ་ཤིན་ཏུ་བཟང་བའི་མོ། ལྷ་དཔལ་རྒྱལ་དང་རྫོགས་མ་
ཡི། ལྷ་འབྱམ་དང་ནི་ཆོ་འབྱམ་བྱ། འུམ་རྒྱལ་འུམ་གཉིར་གཡང་
འཁོད་གྱིས། ལྷ་མེད་དང་ནི་ཆོ་ཆོ་དང་། བྱིས་པ་རྣམས་ལ་ཤིན་
ཏུ་རྩལ། རྒྱུས་དར་ས་ལ་བྱད་ཁ་ལྡང་། གྱིང་དང་ནི་ཆོ་ཆོ་རོ་
ཡོད། ཁ་ལམ་རྒྱ་ནག་རྒྱུ་རྫོགས་དང་། ཆོ་ཆོ་ལུགས་ལྷུ་ལྷུ་འཁོར་ལོ་
རྒྱུ། རྒྱ་ཆོས་དཔལ་རྫོགས་བྱས་ན་ཡོགས། བྱད་མེད་དར་མའི་ས་
མོ་ལ་བཟང་། རྒྱ་ནག་སར་ལུས་ལ་འདོགས་པའི་མོ།

མཆོད་ལྷ་ཆོར་མའི་ལམ་སྟེན་འདྲ། ཁྱེད་དཔལ་ལོན་ཁའི་འཆོ
བམ་པ། ལྷ་དུ་མཆོར་སྐུ་འབྱུང་ཕྱོད། ལྷ་ལམ་འཕྲོ་མཆོད་ཕྱིན
ཏུ་ཕྱིས།

མི་ལྷ་ཐོན་གྱི་ལས་དྲུག་མེད། འོན་ཀྱང་ས་བདག་གཤོག་
ཕྱི་ལ་འདོན། ལྷ་ལ་འབྲུག་གཏེར་འཛོགས་པ་དང་། རྒྱ་གཏེར་ལ་

ཆགས་གཏོར་མ་དང་། མ་ཁི་ཕུག་སྒོར་སྒྲིང་གནས་དང་། ཡར་
མཆོད་མར་སྒྲིན་མར་བྱས་ན། བུ་མོ་ཅམ་དེ་ཡོད་ན་བཟང་།

ནོར་ཕྱུ་ལ་ནི་འབྲིང་ཅམ་ཡིན། ཏ་མཆོག་དགུ་ལ་འཆོར་བའི་
ངོ། གནག་ཕུགས་ས་ལ་མི་སྒྲིན་ཅམ། རྒྱུ་ཁྱུང་ས་ན་དམར་ངོ་
ཡོད། ཡིག་དུག་དང་ནི་འོད་ཟེར་མའི། དེའུ་འབྲུམ་ཅི་མར་བྱགས་
པ་དང་། ཏ་གཟུངས་ནོར་གཟུངས་ཕུགས་གཟུངས་དང་། བསྐྱལ་
བཟང་བཟུ་སྒྲིང་གཡང་སྒྲུབ་བྱ། ཨོ་ཏོག་ལ་ནི་སྐད་ངོ་ཆེ། ཏུས་
མཆོད་ལྟ་སྒྲིང་ལྟ་ན་བཟང་།

དོན་ཕྱུ་ཆེ་ཆུང་གང་ཡིན་ཅུང་། འཕྲུལ་དུ་མི་འབྲུམ་ཕུགས་སུ་
བཟང་།

ཆོང་ཕྱུ་ལམ་དུ་འགོ་དཀའ་ཡང་། མཆོད་སྒྲིན་འབད་ན་མི་
ངན་ཅམ།

ནད་ཕྱུ་སྒྲིག་ལ་བཞགས་འཆུབ་ཆེ། འཕྲུང་དུ་བྱ་ཡང་དེམ་
གྱིས་དུངས། བྱི་འབྲུག་ཨོ་བ་ཡིན་ན་བཟང་། སྒྲིང་ཕུག་གཉིས་ལ་
མིན་ཏུ་འབྲུགས། མཁྱིས་པ་ལ་ཤོགས་ནད་ཆོབས་ཆེ། ཐབ་གཞིབ་
ཅོད་གཞོད་བྱས་པ་ཡིས། བཅན་ལ་ཤོག་བྱག་ཤོར་བ་ཡིན། བཅན་
མཆོད་བཅན་མདོས་ཆེ་མདོ་དང་། གཤེད་འདུལ་བཟུ་གཞི་ཁ་འབར་
མདོས། བག་འཆོས་ཐོན་ལ་ཤེས་དུ་སྒྲིགས། བྱས་ཆོག་འདོད་ཡོན་
དབང་ཡང་སྒྲུབ། ལམ་འཕྲུལ་བཅན་ན་མི་འཆི་ཅམ། ཡང་ན་པ་
ཡུལ་སྒྲངས་ནས་ནི། ཕུག་དང་གནས་སྒོར་བྱས་ན་བཟང་།

གདོན་ལྷ་ཕྱིད་ཡལ་ལྷག་གི་དུས། ཐག་ཉེ་མི་སྤྱོད་བཞུ་བོན་
 དང་། ཐེན་རང་གནས་པའི་ས་ཆ་ནས། ཀང་ཐང་གོམ་པ་ནག་པོ་
 ཅན། དེ་ཡི་ལག་ནས་སྤངས་པའི་རྩ་ས། གས་ཆགས་ཅན་ནམ་རི་མོ་
 ཅན། ཤ་དམར་པགས་དམར་སྤངས་པ་གདོན། སྤྱོད་བྱུན་ལྷ་བ་ལྷག་
 གི་དུས། བང་བའི་སྤྱོད་འབྱམས་པར་འདུག ། ལྷ་རྩ་སྤྱོད་འབྱེད་
 བྱས་ན་བཟང་། རོས་འཛིན་དམར་པོའི་རྟགས་ཅན་རྩམས།
 འབྱུངས་འབྱུངས་(འཛོང་འཛོང་)འཛོག་པར་མི་བདེ་འཇ། ཡང་ན་
 སྤྱོད་འགྲོ་སེམས་ཅན་ནམ། རི་མོ་ཅན་གྱི་ཞབས་སྤྱོད།

འགྲོན་ལྷ་པར་འགྲོ་ལྷ་རྩ་འགྲོ། དམར་པོ་རུང་ཟད་ཆེ་བའི་
 རོ། དོན་ཤོར་རུང་ཟད་འབྱུང་བས་ན། བསང་གསོལ་ལྷ་རྩ་ཕྱིད་
 དགོས་ཡོད། ཕྱིད་ཡལ་དུས་སྤྱོད་བྱུགས་ན་བཟང་། སྤྱོགས་ཀྱིན་སྤང་
 ཡང་བྱིང་དང་འཕྲད། བཀ་ཤིས་བཅེགས་པ་མང་དུ་ཐོན། རྩ་རོང་
 ཞག་གཅིག་མ་སྤོབས་ན། སྤྱོད་འབྱུངས་ཆེ་བས་མི་འོང་ཞིང་། ཐག་ཉེ་
 མགྲོན་པོ་གཞི་མ་བྱུགས། དུས་ཆད་མི་འཕྲད་ལྷགས་སྤྱོད་བཟང་།

དཔལ་ལྷ་དཔལ་པོ་ཤིན་རུ་ཆེ། སྤྱོད་འཛམས་ནས་དཔལ་རྒྱན་
 ལྷང་། དཔལ་ལྷ་རྩ་མའི་བསྐྱར་གསོལ་བྱ། གཅན་གཟན་དང་ནི་
 འབྱུང་གཞིའི་དཔལ། ཡོད་པས་བཀ་བཅེགས་གདུགས་དཀར་ཐོན།
 དམག་རྩག་པར་འགྲོར་བཟང་བའི་རོ། དཔལ་ལྷ་རྩ་ལོར་རང་གིས་
 རོན། མདའི་མོ་ལ་སྤྱོད་འབྱུངས་ ། སེམས་པ་འགྲོད་པ་ཁ་
 འབྱུགས་ཡོད།

ཕྱི་ལོ་ལ་ལྟ་བུ་དེ་རྒྱུ་ལ། རྒྱུ་ལ་ལོ་ལྟར་
མེད། བྱིས་པ་ལོ་ལྟར་ལོ་ལྟར་། ལོ་ལྟར་ལོ་ལྟར་ལོ་ལྟར་།
ཆོས་ལྟར་དེ་ལོ་ལྟར་ལོ་ལྟར་ལོ་ལྟར་། ལྟར་དེ་རྒྱུ་ལ་ལོ་ལྟར་
ལོ་ལྟར་ལོ་ལྟར་།

གཞི་ལྟར་ལྟར་ལོ་ལྟར་ལྟར་ལྟར་། ལོ་ལྟར་ལྟར་ལོ་ལྟར་ལྟར་
ལོ་ལྟར་། ལྟར་ལོ་ལྟར་ལོ་ལྟར་ལོ་ལྟར་།

ལོ་ལྟར་ལྟར་ལོ་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལོ་ལྟར་།

ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་
ལྟར་།

ལོ་ལྟར་ལྟར་ལོ་ལྟར་ལྟར་ལྟར་། ལོ་ལྟར་ལྟར་ལོ་ལྟར་ལྟར་
ལྟར་། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་། ལྟར་ལྟར་ལྟར་
ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་
ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་།

ལོ་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་
ལྟར་། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་།

ལོ་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་
ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་།

ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་
ལྟར་། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་། ལྟར་ལྟར་ལྟར་
ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་། ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་
ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་།

ནད་ཀྱིས་ཟིན། ཆོ་དབང་ཆོ་ལྷ་ཕྱག་(ཕྱབ) ལྷས་དང་། མཐོ་ལ་
བསངས་བདུག་ལ་སྒྲུང་གནས་སྤྱང་། སྒྲན་དང་སྒྲན་པ་བཞེན་ན་
འཕྱོད།

གདོན་ལྷ་ཉི་ལྷ་སྒྲེལ་གྱི་དུས། འཕྱང་ན་གནས་པའི་འགྲོན་
པོ་འོངས། ལག་ནས་གོ་མཆོན་སྤངས་པ་དང་། ཡང་ན་ནོམ་པ་རྒྱ་ཆ་
ཆེན། ནད་པ་རང་གི་སྤྱང་དུ་ཁྱེད། དེ་ལ་ཡུལ་འདྲེ་འབྲུམ་པོ་
གནས། མོ་རངས་སྤྱོད་བྱ་ཡོལ་བའི་དུས། ནད་ཀྱི་གཞི་ནི་བྱང་བ་
ཡིན། ཡང་ན་ལྷ་ནུབ་ཕྱི་དུས། ལུང་མེད་རབས་ཆད་འདྲེ་རན་
ཅན། ལག་ནས་སྤྱོད་པོ་ནག་པོའི་རིགས། རྒྱ་རྒྱུང་མི་འཆོག་པ་ཞིག་
སྤངས། མིན་ན་རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་མོ་གདོན། དེ་ཡི་མདོས་དང་རྒྱ་བཞི་
པོངས། རོས་འཛིན་ནག་པོའི་ཉགས་ཅན་ནམས། འཕྱང་འཕྱང་
ལེབ་ལེབ་ཞབས་སུ་ཡོད། ཡང་ན་ཆབ་ཆོབ་ལེབ་ལེབ་འོག མིན་
ན་སྒྲུང་དང་ལྷ་སོགས་གྱི། ཞབས་ན་ཡོད་དོ་ཤེས་ལྷན་དག ོ

མགྲོན་ལྷ་པར་འགྲོ་མོ་ལ་ནི། ལུང་ཟད་འགྱུང་ཡང་བདེ་བར་
འགྲོ། དགོང་པའི་དུས་སུ་བཀྱགས་ན་བཟང་། སྤྱོགས་མཆོམས་ཀྱན་
དུ་སོང་ཡང་ལེགས། རྒྱུང་འོང་མགྲོན་པོ་ལྷུང་དུ་སྤྱོད། རང་གི་སྤྱོ་
ལྷུང་མ་སྤྱོབས་ན། ད་དུང་སྤྱོ་དལ་ཆེ་བའི་ངོ་། དལ་ལྷུང་སྤྱོགས་དང་
བཅས་ཏེ་འོང། ཐག་ཉི་ཡིན་ན་ད་ལྷུང་སྤྱོད། དུས་ཆད་ལྷུང་དུ་
འཕྱང་པར་འགྱུར།

དག་ལྷ་དག་མཁར་སོག་གིས་འཛིག ོ ཀྱན་ངོ་ཡོད་དེ་ཤོར་

ངོ་མེད། དམག་ཐག་འགོ་དཀའ་སྤང་ན་བཟང་། ར་མདའི་སྐལ་
སྒྲིབ་པའི་མོ།

ཐོར་ཕྱ་ཐག་རིང་དམའ་ཤོད་གྱི། ཤིང་དང་གད་པ་ཡོད་པའི་
སར། ཆོག་སངས་ཡོད་དེ་རྟེན་པའི་ངོ། ལྷ་ར་བར་མ་རྟེན་ཐག་ཉེ་ཡི།
མི་སྒྲོན་ཞིག་གིས་གཞན་དུ་འཕངས། རྟེན་དཀའ་འོད་ཅན་ཞིག་ལ་
འཕོ། ཐོར་སྒྲོན་རྒྱུ་དུ་རང་གི་བྱུང་། ལག་བར་ལག་ནས་རྟེན་པ་
ཡིན།

བཤད་ཕྱ་ཁ་མཆོ་བཤད་པར་དཀའ། འགྲིག་ན་ཁེ་སྤོང་
ཡོད། བཤད་ཤིང་བྱས་པའི་རང་ཉིད་གྱུ་ལ། དེ་ཞིག་ཐག་གཅོད་
དཀའ་བར་འགྱུར། ལྷ་གནང་བྱས་ན་གནང་བ་ཡིན། མདུན་གྲོས་
ལྷ་ར་དུ་འགྲིག་པའི་ངོ།

སྒྲི་ཕྱ་དམུལ་བར་སྒྲི་ན་ཡང་། ལྷ་གནས་མ་ཉི་ཅི་འགྲུབ་
དང་། འཇམ་རྒྱལ་(འཇམ་གདུགས་) བཟང་གསུམ་དབང་ཆོག་
ཡིན། དེ་བྱས་ཆོས་ཆོགས་ལྷུ་དབྱས་དང་། དགེ་སྒྲུབ་ཡང་དག་
བྱས་ནས་ན། འོག་མིན་རྒྱལ་པོ་བཏོད་ཞིང་དུ། དེས་པར་སྒྲི་བར་མེ་
ཆོས་མེད།

མོ་འདི་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་། རིམ་གྱོ་བྱས་ན་རྒྱལ་པར་
བཟང་།

ཐུ་དཔུང་།

༡༡། ཐུ་དཔུང་བྱས་ན་མོ་གསུམ་འདེབས། བཟང་རབ་ཡི་
ཡིག་ཡིན་པ་དང་། བཟང་གི་འབྲིང་ནི་རྩྱུ་ཡིག་ཡིན། བཟང་གི་ཐ་མ་
ཉི་ཡིག་ཡིན། ངན་རབ་མ་ཡིག་ཡིན་པ་དང་། ངན་གྱི་འབྲིང་ནི་མེ་
ཡིག་ཡིན། ངན་གྱི་ཐ་མ་པད་ཡིན་ནོ།

རྒྱས་པར་དཔུང་ན་མོ་གསུམ་འདེབས། གསུམ་བཟང་མོ་ཡི་
ཡང་ཆེ་ཡིན། གཉིས་བཟང་འབྲིང་གི་རབ་ཡིན་ནོ། གསུམ་ག་ངན་
ན་ཐ་ཆད་དོ། གཉིས་ངན་འབྲིང་གི་ཐ་མའོ། དང་པོ་སྒྲ་མའི་ལྷང་ལ་
དཔུང་། གཉིས་པ་བྱད་མེད་མོ་ལ་དཔུང་། གསུམ་པ་ལྷག་ལ་དཔུང་
པར་བྱ། གྲེ་མ་གྲེ་བྱད་སྟེགས་དུས་འདིར། དམ་པས་བོར་བའི་འགྲོ་
བཤུག་ལ། ལྷན་མོངས་འདྲུ་ཤེས་གསུམ་པའི་བདག ། ལྷབས་
བཟུང་སྒྲང་དོར་དུས་པའི་ཆོ། ཉམས་ཚུང་ཉིང་འཛིན་ལྟ་ཞོག་
དང་། ལྟ་འདྲི་དུ་མ་ཞུགས་པས་ན། ལྷ་རྒྱ་ཅི་ཡང་མ་རྟེན་དེ། ལོང་
བས་ལོང་བ་མགོ་སྟོར་བཞིན། གང་བྱང་རྒྱན་ཆོག་ཆད་པ་ཆོད། །
བཤད་པས་ཁས་སྒྲངས་སྟོམ་པ་ཉམས། དེའི་ཕྱིར་དཔལ་བོར་གསོལ་
བཏབ་སྟེ། གངས་ཅན་རྒྱལ་པོ་སྒྲང་བཅན་ལ། འཕགས་པས་དངོས་
སྟུང་པའོ། མོ་ཡིག་མེ་ལོང་གཡལ་བྲལ་དང་། སྟེགས་དུས་འཁོར་
བའི་རྒྱབས་གཅིག་ལ། ལྷན་རས་གཟིགས་དབང་མའི་གཟུགས་སྟེ།
ཤར་བའི་རྒྱབས་མགོན་བྲག་དཀར་པ། ལྷོ་བཟང་དཔལ་ལྷན་སྟེན་
གྲགས་ཀྱིས། བདེན་མེད་དུ་མས་ཉིང་འཛིན་གྱིས། ཉེན་འབྲེལ་བཟང་

ཉགས་གང་སྒྲུབ་ལོ། ། འདི་མཉམ་ཅུ་པའི་ཚེས་སྤུ་བྱུང་ས། ། རྒྱལ་བས་
 ལྷུང་བསྟན་ལྷ་བྱུང་དང་། ། མདོ་སྤྲེད་ཚེས་སྤྱིང་བྱུ་མཚོ་སྤགས། ། དམ་
 པའི་གསུང་གིས་བྱུང་བ་བྱུན་པའི། ། མ་ཡིག་གཅེས་མཉམ་གསུང་
 བཞིགས་འདི། ། སྤྱིག་ཁུལ་བྱུང་པའི་དགེ་ཚོགས་དང་། ། སྤྱོད་རས་
 གཞིགས་དབང་བྱགས་ཅེའི་མཐུས། ། དེ་གེ་རྒྱལ་མའི་བདེན་སྟོབས་
 གྱིས། ། བཅ་བསྐྱེད་རྩལ་ཚོགས་གང་སྤྲེད་ས། ། བདག་ལ་འགྲན་པར་མི་
 འགྱུར་བས། ། གནས་སྐབས་འགྲོ་བའི་བླ་འདོན་གསལ། ། མཐར་ཐུག་
 རང་གཞན་སངས་རྒྱལ་ཤོག །

ཅེས་པ་འདི་ནི་མི་ཚེས་མཁན་པོ་མ་མེད་གིས་བཞིགས་པ་བྱུང་
 སྤྱིང་དཔྱོན་བྱུ་བཞུགས་སོ། ། སྤྲེད་མཚན་ལོ།

མ་ཁི་ཡིག་བྱུག་མའི་མ་ཁི་ཡིག་གྲང་
དོན་འབྲེད་པའི་ཐེ་མིག་

༡༡། བཅོམ་གྱི་ཕྱི་ལོ་གི་ཤར་ལྷ། རང་མདུན་ན་མ་མཁར་
པད་ཆེན་དུས། རྩི་ལས་འཕགས་མཆོག་སྐྱོན་རས་གཟིགས། སྐྱོ་
མདོག་དག་རེ་པོ་ལྟུང་ལ་བཅུ་མས། རྟོགས་བརྒྱར་ལྷང་བཅུན་མཛད་
བར་བཞུགས། ཨོ་མ་ཁི་པ་ཆེ་རྩི་རྩི་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱད་དང་རྟོན་འབྲེད་
སྤོང་པོ་ལན་བདུན་བཅོད། དེའུ་ལན་གསུམ་འཕངས། ཨོ། འཇིག་
རྟོན་དབང་ཐུག་ལ་ཐུག་འཆ་ལ། འགྲོ་བ་འབྲུལ་བ་མགོན་མེད་པའི།
རྟོན་འབྲེད་བརྟགས་འཆར་བར་མཛོད།

(མི་ནོར་དར་རྒྱུ་རི་ལྷར་འབྱུང་ཞེ་ན) ཨོ་བབས་སྤོན་དར་ད་
ལྷར་རྒྱུ། མ་བབས་སྤོན་དར་ད་ལྷ་ཉམས། ཁི་བབས་སྤོན་དར་ད་
ལྷར་དར། པད་བབས་སྤོན་དར་ད་ལྷར་རྒྱུ། མེ་བབས་སྤོན་དར་
ད་ལྷ་རྒྱུ། རྩི་བབས་དར་རྒྱུ་རེས་འབྱུང་ཡིན།

(མི་ནོར་གང་དར་གང་རྒྱུ་ཅེ་ན) ཨོ་བབས་མི་དར་ནོར་ནི་
རྒྱུ། མ་བབས་སྤོན་རྒྱུ་ནོར་ནི་དར། ཁི་བབས་ནོར་ནི་དར་རྒྱུ་
ཆེ། པད་བབས་མི་ནོར་རེས་པ་མེད། མེ་བབས་མི་ནོར་རེས་མོས་
ཕྱེད། རྩི་བབས་མི་ནོར་དར་རྒྱུ་ཕྱེད།

(གཞིའི་བདེ་ལྷག་རི་ལྷར་ཡིན་ཞེ་ན) ཨོ་བབས་འབྲུལ་ཐུགས་
ཀྱན་ལ་བཟང་། མ་བབས་གནོད་པའི་བཞེགས་ཤིག་འདུག ཁི་
བབས་རྒྱལ་པོའི་རྩིས་ཤིག་འདུག པད་བབས་ཐུགས་ལ་གོད་ཁ

འོང།། མེ་བབས་མི་ལ་ན་ཆ་འོང།། ཁྱི་བབས་ཁ་སྐྱས་དག་ཀྱང་
འོང།།

(གནོད་པའི་བགེགས་ནི་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན།) ཡི་བབས་ཀྱལ་པོས་
གནོད་པ་ཡིན།། མ་བབས་སྤྱད་ང་ས་བདག་གནོད།། ཁྱི་བབས་གི་བ་
བམ་སྤེར་གདོན་ཡིན།། སད་བབས་བྱད་ཁ་ཕུར་ཁ་གནོད།། མེ་བབས་
སྲིན་མོ་སྤུ་རང་གནོད།། ཁྱི་བབས་བཅན་དང་འབྲེང་ན་ཡིན།།

(བརྒྱན་པའི་རྩས་ནི་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན།) ཡི་བབས་ཤིང་ལྷགས་
འབྲེས་མའི་རྩས་གདོན།། མ་བབས་སྤྱད་ནག་ཟ་མ་གདོན།། ཁྱི་བབས་
གོས་སྤྱིང་གི་བ་ཅན་གདོན།། སད་བབས་རྩས་སེར་འོད་ཅན་གདོན།།
མེ་བབས་གོས་ཆགས་ཅན་ནི་གདོན།། ཁྱི་བབས་མི་ནོར་འབྲེ་ཅན་
གདོན།།

(མི་ཡི་ན་ཆ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན།) ཡི་བབས་མགོ་སྤྱིང་རོ་སྤྱད་ན།།
མ་བབས་མཁལ་སྤྱིང་རྒྱང་པ་ན།། ཁྱི་བབས་ཇི་འཐིབས་ཆ་བའི་
ནད།། སད་བབས་གོས་གི་བ་རྒྱང་གི་ནད།། མེ་བབས་མཁལ་ས་བད་
ཀན་ནད།། ཁྱི་བབས་སྤྱོད་ལས་ལན་ཆགས་ཡིན།།

(སྲོག་ལ་སྤྱོད་ཡོད་མེད་ནི།) ཡི་བབས་མི་འཆི་ཐག་ཆོད་ཡིན།།
མ་བབས་རིམ་གྱི་བྱས་ན་བྱལ།། ཁྱི་བབས་སྤྱོད་བཅས་གཅོན་བྱལ།།
སད་བབས་འཕྲལ་ངན་སྲགས་སྤྱབ་བཟང།། མེ་བབས་བཅས་ཀྱང་ཕན་
པར་དགལ།། ཁྱི་བབས་ཕྱན་ཅན་ནད་པ་ཡིན།།

(མི་ཡི་ན་ཆ་བརྒྱན་ཐབས་ནི།) ཡི་བབས་ན་མགོན་ཐགས་སྤྱབ་
བྱ།། མ་བབས་ས་བཅས་སྤྱབ་ཅས་བྱ།། ཁྱི་བབས་གདུགས་དགར་ན་མ

འཛིམས་ཐོན། ཡང་བབས་སྒྲིག་བསྐྱར་ཅི་མང་བྱ། མེ་བབས་བསྐྱར་
བཞི་འབར་མ་བསྒོ། ཁྱི་བབས་དབང་སྐྱར་ཆོ་སྐྱབ་བྱ།

(ཐུགས་ཀྱི་གོང་ཁ་བསྒྲིག་ཐབས་ནི) ཡོ་བབས་གདུགས་དཀར་
སྒོལ་མ་ཐོན། མ་བབས་དག་བྱབ་ཆག་འཆིང་བྱ། ཁྱི་བབས་ནོར་
སྐྱབ་སྐྱབ་གཉེར་སྐྱས། ཡང་བབས་གམེར་འོད་གཡང་སྐྱབས་ཐོན། མེ་
བབས་རྒྱས་འབྱིང་བསྐྱས་གསུམ་སྒོགས། ཁྱི་བབས་བཅས་དར་
འདོན་ཆོས་བྱ།

(མི་ནོར་མོར་བ་རྟེན་མིན་ནི) ཡོ་བབས་སྐྱར་ཏུ་རྟེན་པར་
འགྱུར། མ་བབས་བཅལ་གོ་ཆོད་ན་རྟེན། ཁྱི་བབས་གཞན་གྱིས་རྟེན་
པ་ཡིན། ཡང་བབས་མི་རྟེན་དག་ཡིས་བྱིར། མེ་བབས་མི་རྟེན་ཐག་
ཆོད་ཡིན། ཁྱི་བབས་ཉིན་འགའ་འགོར་ན་རྟེན།

(སྐྱགས་གང་ཏུ་བཅལ་ན་རྟེན་མིན་ནི) ཡོ་བབས་ཤར་གྱི་སྐྱགས་
ན་ཡོད། མ་བབས་སྟོ་ཡི་སྐྱགས་སྟོ་ཡོད། ཁྱི་བབས་བྱབ་གྱི་སྐྱགས་ན་
ཡོད། ཡང་བབས་བྱང་གི་སྐྱགས་སྟུ་འདུག མེ་བབས་ཐག་ཉེ་ས་ན་
ཡོད། ཁྱི་བབས་ཐག་རིང་ས་ན་ཡོད།

(གནས་འདིར་ཆག་རྒྱན་ཡོད་མེད་ནི) ཡོ་བབས་དག་ཆག་གང་
ཡང་མེད། མ་བབས་དོགས་ཐོན་ཅུང་ཟད་གྱིས། ཁྱི་བབས་ནོར་ནི་
འོང་བས་བཟང་། ཡང་བབས་རྒྱན་མ་འོང་ཉིན་ཡོད། མེ་བབས་
ཆག་པ་རྒྱགས་ཉིན་ཆོ། ཁྱི་བབས་འོན་ཀྱང་ངན་མི་སྐྱབ།

(རྒྱད་འཛིན་བྱ་ཆ་ཡོད་མེད་ནི) ཡོ་བབས་རི་རྒྱལ་མིང་ཅན་
ཡོད། མ་བབས་རི་མ་གྱི་བསྐྱབས་ན་ཡོད། ཁྱི་བབས་བྱིམ་གསར་

བཟུང་ན་ཡོད། བད་བབས་གདོན་གྱིས་བྱིར་བའི་མོ། མེ་བབས་སྔོན་
གྱི་ལས་ངན་ཡིན། ཁྱི་བབས་རྒྱད་མཆད་ཅམ་ཡིན།

(དོན་ལྡན་འབྲུག་མི་འབྲུག་ནི) ཡོ་བབས་དོན་ནི་ལྷུང་ཏུ་
འབྲུག། མ་བབས་འབད་པས་བསྐྱབས་ན་འབྲུག། ཁི་བབས་གཞན་
དང་སྔོངས་ན་འབྲུག། བད་བབས་ད་ལྷུང་མི་འབྲུག་དཀའ། མེ་
བབས་འབྱོད་དམ་དོན་མི་འབྲུག། ཁྱི་བབས་རེ་ཞིག་འགོར་ནས་
འབྲུག།

(མཁོན་པོ་ལྷུང་ཏུ་སྒྲིབ་མི་སྒྲིབ་ནི) ཡོ་བབས་ལྷུང་ཏུ་སྒྲིབ་ངེས་
ཡིན། མ་བབས་སྐད་སྒྲན་ལྷུང་ཏུ་ཐོས། ཁི་བབས་ན་ནི་ཆེད་ཏུ་
འོང། བད་བབས་ཕྱི་དལ་ཆེ་བའི་ངོ། མེ་བབས་མི་འོང་ཐག་ཆོད་
ཡིན། ཁྱི་བབས་ཆེ་བ་འབྱོར་ངོ་ཡིན། རྒྱལ་སོ།

མ་ཁི་ཡིག་རྒྱག་མཁོ་མིག་མངོན་

མཐོང་མེ་ཡང་།

སྒྲིག་ལྟ་ལྟོན་ཡོད་མེད་བརྟག་པ།

ཨིཾ་བབས་མི་འཆི་ངེས་པ་ཡིན། མེཾ་བབས་རིམ་གྱི་མང་
བརྒྱབས་བཟང་། ཁིཾ་བབས་སྒྲན་དཔྱད་གཟབ་པ་གཅི།
པདཾ་བབས་འཕྲལ་བདེ་ཕྱགས་སྤྱུ་བདེ། ཨེཾ་བབས་མི་འཆི་ངེས་པ་
ཡིན། ཧཱིཾ་བབས་ནད་ལྟན་རིང་བར་འགྱུར།

ནད་བར་རིམ་གྱི་གང་མཁོ་བརྟག་པ།

ཨིཾ་བབས་གདུགས་དཀར་སྒྲིལ་མ་ཐོན། མེཾ་བབས་དག་
ཀྱན་ཇག་འཆིང་བྱ། ཁིཾ་བབས་ནོར་སྒྱབ་སྤྱུ་གཏོར་བྱ།
པདཾ་བབས་གསེར་འོད་གཡང་སྤྱུ་བས་བྱ། ཨེཾ་བབས་རྒྱས་འབྲིང་
བརྒྱས་གསུམ་འདོན། ཧཱིཾ་བབས་འདོན་ཆོས་ཅི་འགྱུ་བྱ།

དག་ཀྱན་ཡོད་མེད་བརྟག་པ།

ཨིཾ་བབས་དག་ཀྱན་ཅི་ཡང་མེད། མེཾ་བབས་དོགས་གཞོན་
ཕྱིད་དགོས་ཡོད། ཁིཾ་བབས་དག་ཀྱན་མཆོ་ནས་གཟུལ།
པདཾ་བབས་དག་ཀྱན་རྒྱན་དེར་སྒྲིབ། ཨེཾ་བབས་ཇག་ཀྱན་ནོར་ལ་
མཆི། ཧཱིཾ་བབས་ཡོད་ཀྱང་བརྒྱག་མི་བྱས།

དོན་ལྟ་འབྲུབ་མིན་བརྟག་པ།

ཨིཾ་བབས་དོན་ནི་ལྷུང་དུ་འགྱུ་བ། མེཾ་བབས་འབད་ན་
འགྱུ་བ་པ་ཡིན། ཁིཾ་བབས་གཞན་དང་སྤངས་ན་འགྱུ་བ།
པདཾ་བབས་འཕྲལ་དང་ཕྱགས་སྤྱུ་འབྲིང་། ཨེཾ་བབས་གྱིང་ངོ་དོན་

མི་འགྲུབ། ལྷིཾ་བབས་རེ་ཞིག་དོན་ནམས་འགྲུབ།

མཁོན་ཕུ་ལ་བརྟག་བ།

ཨིཾ་བབས་མཁོན་པོ་ལྷ་ར་དུ་འོང། མེཾ་བབས་སྐད་ཆ་ལྷ་ར་དུ་
ཐོས། ཁིཾ་བབས་ཆས་ནས་ལམ་དུ་ཞུགས། སདཾ་བབས་ཕྱི་དལ་ཆེ་
འོང་ཡོད། ཨེཾ་བབས་མི་འོང་ཐག་གིས་ཆོད། ལྷིཾ་བབས་ལམ་གྱི་
བཤོལ་ཕྱོད་ཡིན།

མོན་ལྷིཾ་ཆེད་མིན་བརྟག་བ།

ཨིཾ་བབས་ལྷ་ར་དུ་ཆེད་པ་ཡིན། མེཾ་བབས་བཅའ་ལྟགས་
ལེགས་ན་ཆེད། ཁིཾ་བབས་གཞན་གྱིས་ཆེད་པ་ཡིན། སདཾ་བབས་
དགྲ་ཡིས་བྱེད་པ་ཡིན། ཨེཾ་བབས་མི་ཆེད་ཁོ་ཐག་ཡིན། ལྷིཾ་བབས་
ཞག་འགའ་འགོར་ན་ཆེད།

ཆས་ཕྱོགས་གར་མོང་བརྟག་བ།

ཨིཾ་བབས་གར་གྱི་ཕྱོགས་ནས་འོངས། མེཾ་བབས་ལྷིཾ་ཡི་
ཕྱོགས་ནས་འོངས། ཁིཾ་བབས་རྒྱལ་གྱི་ཕྱོགས་ནས་ཡོང། སདཾ་བབས་བྱང་གི་ཕྱོགས་ནས་ཡོང། ཨེཾ་བབས་ཉེ་བ་བརྒྱད་དེ་
ཡོང། ལྷིཾ་བབས་རང་རང་ཕྱོགས་ནས་ཡོང།

ཞེས་འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་ཡིག་རྒྱག་རྫོང་མཐོང་མདོན་
གསལ་ཐེ་མོང་འདིས་ཀྱང་གཞན་པན་གྱི་དོན་ལྷ་ཆེན་འགྲུབ་པར་ལྷ་ར་
ཅིག་གྱ།

དཔལ་ལྷན་དམག་རྩེ་མའི་སྒྲོ་ནས་

རྩོམ་ཐོབ་ཐུབ་ཚུལ་དེའི་འབྲས་

བཤད་དང་བཅས་ལ།

དཔལ་ལྷན་གྱིས་དངོས་གྲུབ་སྟེར་བའི་དཔལ་ལ། དཔལ་ལྷན་
འདྲིང་ཁམས་དབང་མོ་ལས་ཀྱི་མཐའ། མཐའ་ཡས་སྒྲོག་གྱུར་ཆོས་
ཚུལ་དཔལ་མོག་ང་། གང་འདྲིར་མངོན་སུམ་མགོན་དུ་འགྲགས་པའི་
བྱུ། རྩོམ་བས་རྩོམ་ཐོབ་ལྷ་སྤྲུག་གཞོན་ནུ་མཆོད། མཆོད་དུ་འཛིན་
ལ་ལེགས་བྱིས་དབང་པོ་ཡང་། ཡང་ཡང་མིག་སྒྲོང་བསྟན་དེ་དབྱིངས་
ནས་བཟ། བཟ་འདྲིང་མཁས་ཀུན་དཀྱིས་པའི་ལང་ཆོད་མས། དེ་ལ་
འདྲིར་དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་ལ་བརྟེན་པའི་ཤོ་མོ་བསྐྱབ་ཅིང་འདེབས་པར་
འདྲིང་པས། གནས་དབེན་པར་ལྷ་མོའི་སྒྱ་བྱིས་འབྱར་ཅི་རིགས་པ་
ཕྱིན་སྐབས་ཅན་བཤམས་པའི་མདུན་དུ། གས་ནག་པོ་བྲེ་གང་གི་ཉེང་
དུ་མན་རག་ནས་བྱུང་བ་ལྟར་བཅས་པའི་ཤོ་ནམས་བཞག་ བཞོ་བའི་
ཡོ་བྱད་རྩྱེར་དུལ་ལ་སྒྲགས་དང་། མཆོད་པའི་ཆོགས་ཅི་འབྱར་བ་
ནམས་དང་། རྩད་པར་ནང་མཆོད། ཉིར་སྦྱོད། སྒྲན་རག་གཉོར་མ་
སྒྲགས་ལེགས་པར་བཤམས་ལ། འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་བདག་བསྐྱེད་བསྐྱས་
པ་གཉོར་འབུལ་དང་བཅས་པ་བསྐྱབ་མཆོམས་ལྷ་མོའི་མངོན་རྟོགས་
བསྐྱས་པ་ལ་བྲུག་གི་བར་སྦྱི་ལྟར་བཏང་རྗེས།

ཧྲི། བདག་ཉིད་འཛིགས་བྱེད་དཔལ་པོ་གཤིན་རྗེ་གཤེད།
ཁམས་གསུམ་ཟེལ་གོན་དུག་པོའི་སྒྲར་གསལ་བའི། ཐུགས་སྒྲོག་ཧྲི་
ལས་འོད་འཕྱོས་རེ་མཉི། ཆོ་རིང་མཆོད་ལྷ་བསྐྱན་སྦྱོང་ལམ་བཅས་

པ་ཆེན་པོའི་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་གྱིས་བདག་གི་བརྟག་བྱའི་དོན་འདི་
ནམས་མ་འཆོལ་བར་སྟོན་ཅིག། ཅེས་སོགས་དཔྱད་བཅོལ་ཅི་ཤེས་ཀྱི་
ངང་ནས་འདུན་པ་དྲག་པོས་བརྟག་བྱའི་དོན་ལ་ཡིད་གྱིས་བསམས་
ནས་སྟོས་པ་མེད་པར་མིག་ནམ་མཁར་བཤད་ནས་ཤོ་རྒྱག་པར་བྱའོ།།

ཤོ་རྒྱག་གསུམ་པར་བབས་ན། ལར་མོ་འདི་འབྲིང་སྤྲད་ཅམ་ཡིན།
བཟུན་མིང་གི་ཆོས་ལྷུ་འམ་གཞི་མོན། ནམ་ཤུགས་ངན་ཞིང་ཉི་ཟླའི་
མིག་ནས་མཆི་མ་འབྲུང་ཞེས་ངན་པས། ས་མེས་ལ་འགོ་བའི་སྤྲང་
མའི་བསྐྱང་བ་དང་། དགེ་འདུན་ལ་བཞེན་བཀུར། ཉེན་འགངས་
ཆེར་མཆོད་འབུལ་སོགས་ཆོགས་བསགས་མང་དུ་གྱིས།

བྱིས་སྤྱོད། བྱད་མེད་ལ་ངན། གོང་ཁལ་ཞིང་འགྱོད་དང་
ཁ་མཚུའི་དོ་ཆེ། མི་ཁ་དག་སྤྱབ། གདུགས་ཤེར་བསྐྱོག་པ་དང་།
ནོར་རྒྱན་མའི་གཟུངས་སྟོང་ཆར། མེད་གདོང་མའི་བསྐྱོག་བསྐྱར་
བཅས་བསྐབས་ན་སྟོན་མེད་ཅམ་ཡིན།

ཁང་པ་འམ་ཡུལ་ས་ཡེ་འཕྱོད་ཅི་ན། འཕྲུལ་དུ་བཟང་བཟང་
འདྲ་ཡང་བྱིན་ཆད་ན་ཆད་དང་། བོར་ལ་གོད་ཁལ་བས་མི་ལྷགས།

གྲོགས་སྤྱོད། ཁ་གྲོགས་ཆེ་ཡང་གཏིང་གྲོགས་རྒྱུང་བར་
གདའོ།

ནོར་སྤྱོད། སྤར་ཡོད་བྱིར་མ་སོང་ན་རབ། བྱིས་གསར་དུ་
འོང་བའི་རེ་བ་མེད་ཅིང་། བྱད་པར་ནོར་སྤྱོད་ཉགས་ཅན་ན་མ། འོད་
ཅན་གྱི་མོང་གི་རིགས་བྱིར་འཆོར་ཉེན་ཆེ་གདའ། གཡུང་འགྲུགས།

ནམ་གྲས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ། རིམ་ལྔ་ཡི་ནོར་ལྷུ་ལ། ལན་ཆགས་གཏོར་
མ་ཐོབ་སྟེ།

དོན་ལྟ་ནི། བསམ་པ་ལྟར་འབྱུང་དགའ་ན་འདི་ཚུགས་ཙམ་
འབྱུང་ཅིང་། དེ་ཡང་ལྟར་དུ་འབྱུང་མི་ཡོང་བའི་སྟོན་བཞེན་སྤྱང་མར་
བསྐྱེད་བདང་། རྒྱལ་མཚན་ཅེ་མའི་དཔུང་རྒྱལ། ནོར་བུ་བཟང་
པོའི་གཟུང་སྟེ། སྟོན་མ་བཅས་བསྐྱེད་བསྐྱེད་བཟང་།

ཁ་མཆུ་སྟགས་རྒྱལ་པམ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་ཞིན། རྒྱུ་རྒྱལ་ཡིན་
ན་སྟོན་མེད་ཙམ་གྱི་དོ། ཡར་འཇུགས་བཞེས་བཟང་།

ནད་ལྟ་ནི། ནད་ལྟར་རིང་བའམ་གདོན་དྲག་པོས་སྟོབས་དུ་
གཟེར་སྟགས་འབྱུང་ཉེན་ཆེ། བྱད་པར་ཚད་ནད་དམ་ཅེ་དགའ་ནད་
ཀྱིས་མནར་དོ་ཆེ། ལྷག་ཡོད་དང་ཡོས་ཡོད་བར་འཆུབ་ཆེ་བས་རྒྱས་
འབྱེད་བཟུས་གསུམ། མཚན་བཞིན། བསྐྱེད་བཟང་། གཞེར་འོད།
འཆི་བསྟེ། ཆོ་མཐར། ལྷས་ཆས་སྟོང་དག་བཅས་བསྐྱེད།

སྟགས་ལྟ་ནི། རིམ་གྱི་ལྟགས་པར་བྱས་ན་སྟོན་ཤིང་རྒྱན་དང་
ཡུང་པ་བཞིན་སྟོན་མེད།

གདོན་ལྟ་ནི། ས་མེས་སྤྱང་མའི་འབྲུ་སྟགས་དང་། མོ་འབྲེ།
རྒྱལ་བཅན། ཤར་དང་སྟོན་བྱུང་བྱུང་སྟགས་གང་རིགས་ནས་གཙའི་
རྗེས་སུ་འབྱེད་ནས་གཏོད་པའམ། ཡང་ན་མི་ཆེན་བན་བོན་སྟགས་ཀྱི་
རྗེས་སུ་འབྱེད་བས་གཏོད། སྟོན་བཞེན་སྤྱང་མའི་བསྐྱེད་བདང་
བཤགས་པ་གང་མང། སྟོང་པོ་བརྒྱན་པའི་མདོ། དག་པ་གཞེར་གྱི་

མདོ་ཐིག་ ཁའབར་མའི་མདོས། གཏོར་མ་བརྒྱ་མ། ལྷུང་རྫོང་ས།
འབྲུང་གཞི་གཏོར་མ། བརྒྱ་བཞི། གདུགས་དཀར་བཅས་བསྐབ།
སྒྲུབ་པ་ཡེ་འཕྲོད་ཅེན། ཡུན་རིང་བསྐྱེད་ན་ཕན་ངོ་ཅམ་ཡོད།
གཞན་མཁས་པ་ཡོད་ན་སྒྲོས་པ་བཟང་།

སྒྲུབ་དང་དབྱང་འདི་འདྲ་བ་ཡེ་འཕྲོད་ཅེན། དེ་ལ་བསྐྱེད་
པས་འཕལ་དུ་སྐྱུག་དངངས་ཀྱི་ངོ་ཞིག་ཤར་ཡང་། ཅིས་ཀྱང་བྱེད་ན
ཆ་གསུམ་ཐོངས། ལྷང་བརྒྱད་བསྐྱུགས་ན་ཕན་ངོ་ཡོད།

སྤྱི་ལྟ་ནི། ལྷུང་འི་གཟུངས་དང་། དེའི་དབང་ལྷ། དོན་ཡོད་
ཞགས་པའི་སྒྲིང་པའི་གཟུངས། སྒྲོལ་མ་གང་མང་བསྐབས་ན་ལུ
གཅིག་འབྲུང་ངོ་ཆེ། འོན་ཀྱང་རྒྱང་སྤྱི་མནན་པ་གཤམ་ཆེད།

དཔྱ་ལྟ་ནི། དཔྱ་འཛིགས་ཆེ། འོག་ཏུ་མདའ་གཞུ་དཔྱ་ལ
ཤོར། དཔྱ་ལྟ་དབང་བསྟོད། ལྷུང་མཆན་ཅེ་མའི་དབྱང་རྒྱན་སྒྲིང་
ཆར། བསང་དང་རྒྱང་བསྐྱེད་ཅོད་པ་ན་ཚུགས།

མཁོན་པོ་ཡེ་ཡོང་ཞིན། མཁོན་པོའི་གནས་ཚུལ་མཁོ་གསལ་པོར་
སྒོས་པའམ་ཐག་རིང་མཁོན་པོ་ཡིན་ན་ཟླ་བྱེད་རྒྱན་ལ་ཡེ་སྟེབ། དེ་
མིན་ཕྱི་དལ་ཆེ་ཞིང་དཔྱ་འགྱོད་ཀྱི་ངོ་ཡང་འདུག་པས་ཕྱོགས་བཅུའི་
ལྷན་སྐོལ་གང་མང་། གདུགས་དཀར་བསྐྱུག་པ། གཟུངས་བསྐྱུས་
བཅས་ཐོན།

ཆོང་ལྟ་ནི། ཁེ་སྐྱོགས་མི་ཆེ་བས་བཤོལ་ན་ལེགས།

ལམ་ལྟ་ནི། ལམ་དུ་ཁྱུགས་ན་རྒྱན་ཐག་གི་ངོ་དང་། ཐོག་སེར་

གྱིས་གདོན་པའི་ངོ་། གཙན་གཟན་གྱི་རིགས་སྤང་ཁྱས་ཏེ་ཁོར་ལ་
འཆོལ་ས་འཐོན་པ་བཟང་ཞིང་། ཅིས་ཀྱང་འགྲོན་རང་གི་སྤང་མར་
འཐོན་བཅུ་ལ། གསེར་འོད། བརྟ་ཤིས་བཅོམས་པ་མང་དུ་སྒྲགས།
བོར་སྒྲོར་བྱང་བ་ཡེ་ཆེད་ཅེན། མི་འོས་པའི་མིས་བྱིར་བའི་ངོ་
ཡིན། དེམ་བཞིན་མངོན་ཆུང་གིས་ཤར་དང་སྒྲིའི་ཕྱགས་སུ་རྒྱགས་
འཇུག་བྱས་ན་ཆེད་ངོ་ཆེ།

རྟོམ་ག་བཞི་བ་ལ་བབས་ན། ལར་མོ་འདི་ངན་ཅམ་ཡིན། དམ་
པའི་ཆོས་ལྷ་འམ་གཞི་མོ་ནི། རླ་བ་ཡར་ངོ་རྒྱས་པ་ཕྱིར་འགྲིབ་པ་ལྟ་བུ་
ཡིན། དེམ་གྲོག་གཏོས་ཆེ་བ་བྱས་ན་ཏུ་ཅང་མིང་ན་ཅམ་ལ། དེམ་གྲོར་
བཀའ་འཁྱུར་གསུང་སྒྲགས། ཞི་རྒྱས་དབང་དུ་གཞི་བྱིན་གྱིས་ ལུས་
ཆས་སྤོང་དག་ མཆོད་རྟེན་ལ་སྤྱད་ཀར་གསོལ་བ་བཅས་བསྐྱབ།

ཁྱིམ་ལྷ་ནི། བ་རེས་ཆ་རེས་རྒྱན་མི་ཆད། འཐབ་མོད་ང་གྱོད་
གྱི་ངོ་སོགས་མཐོང་བས་རྟོན་གཙོད་གང་མང་དང་། འཕགས་མ་འོད་
ཟེར་ཅན་མའི་གཟུང་ས་སྤོང་ཆར། སྔ་ལྟ་དང་ཁྱིམ་ལྷ་གསོལ། ལན་
ཆགས་གཏོར་མ་གང་མང་ཐོངས།

ཁང་པ་འམ་ལུས་ས་ཡེ་འཕྲོད་ཅེན། ཁང་གསར་བབྱང་ན་
དེར་ཆ་གསུམ། ལྷ་གཏོར་བཏང་ན་སྒྲོན་མེད་ཅམ། མཆོར་ས་
བབྱང་ན། ལྷ་བཅན་གྱི་གཞོད་པས་ཏེ་ཁོར་ལ་གོད་ངོ་ཆེ་བས་མི་
ལེགས།

ལྷ་གསུམ་ལྷ་ནི། སྤོང་སྤྱང་ཆེ་ཡང་དགུན་གྱི་འཁྱུག་སྤྱང་འཕྲ་

བར་གདའ།

ནོར་ལྷ་ནི། བོར་སྟོར་དང་གཅན་གཟན་གྱིས་གཅོས་ཤིང་ཤི་
གོད་ཀྱི་ངོ་ཆེ་བས་ནོར་ལྷ། གསེར་འོད་སྟོང་ཆར། ནོར་ལྷ་ནི་རིགས་
བསྐྱབ་ཅིང་འགོང་སྤྱི་མནལ་པ་བཅས་བསྐྱབས་ན་བཟང་།

དོན་ལྷ་ནི། དོན་དེ་ཕུན་ཆོགས་ཡིན་ན་འགྲུབ་ཅིང་། རམས་
ཆེན་རིགས་ཡིན་ན་སྟོལ་མའི་མཆོལ་བཞི་བའི་ཆོག་ ནོར་བྱ་བཟང་
པོའི་གཟུངས་སྟོང་ཆར། བཀྲ་ཤིས་བཆོགས་པའི་མདོ་དང་། སྤྱང་
མར་འཕྲིན་བཅོལ་དྲག་ཏུ་བྱས་ན་བསམ་པ་ལྟར་འགྲུབ་དགའ་ན་འང་།
ཕྱོགས་ཅམ་འགྲུབ་པར་གདའ།

ཁ་མཆུ་སྟགས་རྒྱལ་པམ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་ཞེ་ན། འཕྲས་ཏུ་རྒྱལ་
བ་ལྟར་སྟངས་ཡང་ཕྱགས་འགྱོད་དང་ཤོར་གོད་ཀྱི་ངོ་ཆེ། ཁ་མཆུ་ནག་
པོ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་མདོ་བྲི་ཆར་བསྐྱབ།

ནད་ལྷ་ནི། ནད་གཞི་ཤིན་ཏུ་ཆེ། སྟིང་རྒྱང་སྟགས་རྒྱང་ནད་
དམ་སྒྲིང་གཟེར་སྟགས་འབྱུང་བའི་ངོ་། རླག་ཅིག་ཚུན་ཤིན་ཏུ་འཛིན་
ཆེ་བས་བརྟུན་སྟོང་པ། གདུགས་དགའ། འཛིགས་བྱེད་སྟོང་ཆར།
ཆོ་ཆོག་སྟགས་རིམ་གྲོགས་ཆེ།

སྟག་ལྷ་ནི། ཆོ་རྒྱལ། ཆོ་ཐར་ལོ་གངས་། འཆི་བསྐྱུ། ཆོ་
དཔག་མེད་དང་རྣམ་རྒྱལ་མའི་སྟུ་བཞེངས་པ་སྟགས་གཏོས་ཆེ་བ་
བསྐྱབས་ན་ཉེས་ངོ་མེད་ཅམ།

གདོན་ལྷ་ནི། གདོན་ལ་འདྲེ་མོད་དང་། ཐེུ་རང་། མ་མོ་

ཡུལ་ལྟ། བྱིམ་ལྟར་ཐབས་གཞི་བཤེས་གསུམ་གྱིས་ཤོག་ཐུག་ཤོར་བས་གནོད།
གདུགས་དཀར་གང་མང། རྩོད་པོ་བརྒྱན་པའི་མདོ་རྩོད་ཆར།
སྒྲིལ་མ་གཡུལ་མདོས། ཆ་གསུམ་ཡང་ཡང། བསང་དང་རྒྱགས་
བརྒྱ། སུལ་འདེབས་པ། བྱིམ་ལ་བྱས་བསངས་ཤོགས་ལྟ།

སྒྲན་པ་འདི་ཡི་འཕྲོད་ཅིན། སྒྲན་གྱི་ཕན་དོ་རྒྱུ་བར་འདུག་
པས་སྒྲིམ་ན་བཟང།

སྒྲན་དང་དབྱང་འདི་འཕྲོད་དམ་ཞིན། སྒྲན་སྒྲིམ་པ་བཟང།
སྒྲན་དབྱང་རེ་ཞིག་འཐེན་པས་བྱིས་ཕན་དོ་ཅམ་མཐོང།

སྒྲིལ་ནི། སྒྲིལ་གསུམ་རྒྱུ། བྱམ་མ་གཏོགས་བྱམ་འབྱུང།
གཡ་ཉེ་བྱུང་ཡང་རྒྱལ་འགོང་གིས་སྒྲིལ་པས། གསེར་འོད། རྒྱུ་
སྒྲིམ་ན་པ་བཅས་བསྐྱབ།

དག་ལྟ་ནི། དག་སྒྲིལ་ངས་པས་འོས་མེད་ནས་དག་ཡངས་དོ་
ཆེ་བས་གདུགས་དཀར་བརྒྱག་པ་བཅས། རྒྱལ་མཚན་ཅེ་མའི་དབྱང་
རྒྱན། དུག་ཅུ་མའི་གཏོར་བརྒྱག་ དག་སྒྲིམ་ན་པ་བཅས་བསྐྱབས་
ན་དག་ཡོད་ཀྱང་འཆོལ་བར་མི་རུས།

མཚན་པོ་ཡི་ཡང་ཞིན། ཞག་གསུམ་རྒྱུ་ལ་སྒྲིབ་པ་འཕ།
གསལ་ཆའི་གཏམ་ཐོས་ན་འང་དེ་མིན་ལས་དུ་རྒྱགས་པའི་དོ་མེད།

ཆོང་ལྟ་ནི། ཁེ་མི་ཡོང་བའི་ཁར་འོར་བརྒྱག་ཡོང་དོགས་ཡོད་
པས་འཐེན་པ་བཟང།

ལམ་ལྟ་ནི། གནོད་འཆོལ་མེད་པས་བདེ་བར་མཆིས། འོན་

ཀྱང་འགོར་གཞི་ཆེ་སྐད་དོ།

བོར་སྟོར་ཡི་རྟེན་ཅེན། བཅའ་ཀྱང་ངལ་བའི་རྒྱལ་ན། བྱང་
ཚུགས་སུ་ཐུབ་གཅིག་ཚུན་དོགས་བཅུག་ན་ཆད་ཆད་ན་ཐང་། དེ་
མིན་རྟེན་ངོ་མེད།

ནོམ་ག་ཐུབ་བབས་ན། ལར་མོ་འདི་བཟང་ངོ་ཆེ། དམ་པའི་
ཆོས་ལྟུང་མ་གཞི་མོ་ནི། ས་ཡི་དགྲིལ་ནས་གསེར་གཡུ་རྟེན། ཅེས་
འབྲུག་ཕུགས་གང་ལ་འདྲི་བཟང་ཞིང་། བྱང་པར་དུ་སྒྲ་ཆེན་དང་
མིད་པོན་ལ་བཟང་། མི་དགུས་མར་དོན་ཕྱན་བྱར་བཞེན་པའི་ཉེས་
འགྲོད་ཀྱི་ངོ་ཡོད་པས་རིགས་རྒྱུད་ལ་འགོ་བའི་ལྷ་སྤྱང་གསོལ།

བྱི་མོ་ལྷ་ནི། ཆོ་རིང་བདེ་ཞིང་སྤྱིད། ཁ་རྩེ་དབང་ཐང་འཕེལ་
སྐད་དོ།

ཁང་པ་འཕལ་ཡུལ་ས་ཡེ་འཕྲོད་ཅེན། ཁང་པ་ཡིན་ན་འབྲུག་དུ་
ལེགས་པའི་ངོ་། ལོ་མང་མི་འགྲུངས་པར་འཛོལ་ཞིག་གིས་སྟོད་གོས་
པ་ཡོད། བཛོལ་སར་དག་ཐག་གི་ངོ་ཅམ་ལས་འཕྲོད་ངོ་ཆེ།
འཕགས་མ་འོད་ཟེར་ཅན་མའི་གཟུངས་ཐོན། དག་ལྟ་དང་ཡུལ་ལྟ་
གསོལ། སྟོགས་ལྷ་ནི། དག་དཔུང་དགྲིལ་ནས་ནོར་བུ་ལོན། ཞེས་
ཁ་སྟོགས་གཏིང་སྟོགས་ཆེ་བར་མཆིས།

ནོར་ལྷ་ནི། ཉ་བརྒྱ་ཡུག་སྟོང་ཐོབ་པའི་ངོ་། ཞེས་བཟང་ཞིང་
ཉ་ཡུག་འཕེལ་ཁ་ཆེ་བའི་ངོ་། གནག་ཕུགས་ཀྱང་ཕྱན་རིགས་ལ་གོད་
ཁའི་ངོ་དང་། བྱི་གོད་ཅུང་ཞིག་འབྱུང་ངོ་ཡོད་པས་གཟུངས་བཅུས།

ནོར་གཟུངས་གང་མང། ནོར་རྒྱན་མའི་གཟུངས། ལན་ཆགས་
གཏོར་མ་སྒོངས།

དོན་ལྟ་ནི། ཅི་བསམ་འགྲུབ་ཅིང་དོན་འགྲུབ་ཡོང་བའི་དོ།
དོན་རྣམས་ཆེན་ཡོན་ན་རེ་ཞིག་དོ་མི་གསལ་ཡང་ཕུགས་སུ་བཟང་།
དོན་ཕན་ཆོག་སྤྱད་འགྲུབ་ཀྱི་དོ་ཆེ།

ཁ་མཆུ་སྒོགས་རྒྱལ་པམ་རི་ལྟར་ཡོང་ནི་ན། འཕྲལ་དུ་སྒོ་ཀློག་
དོགས་ཚམ་གྱི་ཁྱེན་ཕན་བྱ་ཡོད་ན་འང་ནམ་གྱི་ཕུགས་ན་རྒྱལ་བར་དེས་
སྟ།

ནད་ལྟ་ནི། འཕྲལ་དུ་དོ་ཆེ། རིམ་བཞིན་དུ་ནད་དེ་གཞི་མེད་
དུ་འགྲོ་དོ་ཆེ་ཡང་དེ་མིན་སྒོ་བྱར་གྱི་ནད་དོ་ཅུང་ཡོད་པས་གདུགས་
དཀར་སྤོང་ཆར། ཟུ་ལ། ལོ་གྱིན་མའི་གཟུངས། རྣམ་འཛུལ་ས་
གང་མང་སྟན།

སྟོན་ལྟ་ནི། སྟོན་གི་ཀ་བ་བརྟན་པས་བཟང་། ལྷན་པར་དུ་
ལྷག་ལོ་བལ་བཟང་།

གདོན་ལྟ་ནི། ལུང་གྱི་ཕྱོགས་ནས་ཀ་ཚའི་རྗེས་སུ་འབྱང་བའི་
རྒྱལ་ཡོད་ང་བཅན་གྱིས་གནོད་པ་འཇུག་སྟེ། ཐབ་གཞོབ་སྒོགས་གྱིས་ཐབ་
ལྷ་མགོ་ལ་ཞིང་ལྷ་དང་ས་བདག་གནོད་པས་རྒྱས་འཁྱིལ་བ་ལྷུས་གསུམ།
ཤེར་སྒྲིང་། མདོ་རྒྱད་པ། བཅན་མདོས། ཁང་པར་ལྷུས་གསེལ།
ལྷ་གཏོར་ལྷ་འབུམ། ས་བདག་གདོན་གྱིས་རྣམས་བསྐྱུལ།

སྒྲན་པ་ཆེ་ལོ་མོ་ལོ་འཕྲོད་ཅེན། སྒྲན་པའི་ངག་བཞིན་བྱས་ན་

ངོས་ཆེ་བ་འོང་སྐད་དོ།

སྒྲིབ་ཀྱི། སྒྲིབ་ཀྱི་མཉམ་པ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་བཟང་། མ་ལ་མོ་མོ་ལ་
འབྲང་མཉམ་པ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ ཅེན་འགའ་ས་ཆེན་ལ་མར་མེ་མཚན་
ཐུབ་པུལ།

དག་ལྟ་ནི། ཅོར་འདྲ་བ་ལ་རྒྱག་པ་ཡིས། དག་ལྟ་གཙོ་
ཅིང་དག་ལས་རྒྱལ། ཞེས་ཤིན་ཏུ་བཟང་།

མཚོན་ལྟ་ཞེ་ཡོང་ཞེ་ན། ངོས་དང་བཅས་ཏེ་ཐུར་ཏུ་ཐེབ་
པ་འཇ། གཏམ་ཞིག་ཐེར་བའི་མེ་ཞིག་ཐུར་ཏུ་ཡོང་ངོ་ཆེ།

ཆོང་ལྟ་ནི། བསམ་པ་ལྟར་ཐུར་ཏུ་བྱས་ན་ལེགས། ཐུར་
འགྲུང་ས་ན་མེ་ལྟོགས་རྒྱང་བར་གདའ་སྐད་དོ།

ལམ་ལྟ་ནི། ཐིམ་ནས་ཐོན་དཀའ་ཅམ་གྱི་ཐིམ་དལ་གྱི་ངོ་ཆེ།
ལམ་ཏུ་ཞུགས་ནས་བདེ་བར་མཆིས། འོན་ཀྱང་བརྒྱུག་སྟོར་ལ་ཐོན་
སྟོར་བྱ་ཞིང་བསང་དང་། དག་ལྟ་དཔང་བསྟོད། ཐུང་མར་འཐིན་
བཅོལ། ཐུགས་བརྩའི་ཐུན་ལེ། ཐོལ་མགའ་མང་ཐོན།

བར་སྟོར་ཞེ་ཅིང་ཅེན། འཕྲུལ་ཏུ་བཅལ་ན་ཅིང་པའི་ངོ། དེ་
ཡང་སྟོ་ཐུགས་ཐུ་ཐག་མི་དེང་ས་ན་ཡོད་ངོ་ཆེ། འགྲུང་ས་ན་མི་ཅིང་
སྐད་དོ། ཐུར་ཡང་བར་སྟོར་འབྲུང་ཅེན་ཡོད།

ཤིན་ལྟ་ལ་ལ་བསམ་ན། ལར་མོ་འདི་ངན་ཅམ་ཡིན། དམ་
པའི་ཆོས་ཐུ་འཇགས་ཞེ་མོ་ནི། བད་གདོན་གྱིས་འཆོ་བའི་ངོ། པ་ཐུན་
ནང་འབྲུག་གམ། གཞན་ཡང་དམག་འབྲུག་གྱོད་དང་ཁ་མཆུ་སོགས་

གྱིང་དང་། བཟུང་ཐུས་འཕར་འབུབ་གྱིང་ཆེ་བས། རྟེན་འགངས་
 ཆེར་མཆོད་འབུལ། མཆོད་རྟེན་ཞིག་གསེས་དང་། སྤང་ཀར་གསེས་
 ལ། དགེ་འདུན་ལ་བསྟེན་བཀྱར་དང་། རྒྱལ་བའི་བཀའ་སློགས།
 སྤང་སྟོན་དང་ཁྱི་སྟོན་གཏོང་། འཛིགས་བྱེད་དང་ཀུན་རིག་སྟོང་ཆར་
 བཟུབ།

ཁྱིམ་ཕུ་ནི། སློབ་ཀྱི་འཛིགས་སློག་དང་འཐབ་འཛིངས་གྱིང་།
 འབྱུངས་མིན་བཟུང་ཆར་བྱེས་བྲལ་སྟགས་སམ། ཡང་ན་རྒྱུང་མ་དང་
 བུ་ཆ་ཤི་ཆད་གྱིང་དང་། བར་སྟོར་གྱིང་ཆེ་བས་འགོ་བའི་ལྷ་ལྷོ་
 གསེས་མཆོད། བ་མེས་དུས་གྱི་སྤང་མར་བསྐྱང་བཤགས། གདུགས་
 དཀར་དང་ཤར་སྟོང་སྟོང་ཆར། མཆོན་བཞིན། བསྐྱལ་བཟང་།
 གསེར་འོད། རྟོག་གཟུངས། ཞི་བའི་སྟེན་སྟེག་བཅས་བཟུབ་དགོས།

ཁང་པ་འཕམ་ལྷུ་ལ་ས་ཡེ་འཕྱོད་ཅེན། ཁང་པ་འཕམ་དུ་བཟང་
 བཟང་འདྲ་ཡང་། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་སེམས་འཕྱོད་དང་ན་ཆ་རྒྱན་མི་
 ཆད་པས་མི་ལེགས། མཆོར་སར་དག་ཀུན་ངོ་དང་སྟོར་གོད་གྱིང་ཆེ་
 བས་མི་ལེགས།

སྟོགས་ཕུ་ནི། སྟོགས་རྒྱུ་ལྷུ་བ་དང་འདྲ་སྐྱད་ནི།

བོར་ཕུ་ནི། སྟོན་དུས་འཕྱོད་གོད་མང་ཅམ་རྒྱུང་ན་དེས་བྱལ།
 དེ་མིན་བོར་ལྷག་ལ་གོད་ཁ་དང་། ཏྲེ་ལ་སྟགས་ལ་གཅན་གཟན་
 གྱིས་གཏོད་ངོ་ཆེ། ལར་གཡང་ཕྱིར་ཤོར་བས་ངི་ཅམ་བསགས་ཀྱང་
 ཟད་པས་རྟོམ་སྟོས་གྱི་བསྐྱང་བ་དང་། རྒྱུ་ལ་གང་རིགས་གྱི་བོར་

ཐུབ། གྲོ་མ་གྱི་གཞིར་འོད་བརྒྱ་ཚར། གྲོ་མ་ཐུན་མའི་གཟུངས།
ཉ་གཟུངས། གྲོ་མ་ཐུན་གྱི་གཟུངས། གཡང་འགྲུགས། ལན་ཆགས།
གཏོར་མདང་། འབྲུང་བཞིའི་གཏོར་མ། ཐུན་གཏོར་སྐྱེས་ཆོགས་
བསགས་ལ་འབད་བ་གཡ་ཆ།

དོན་ལྟ་ནི། བྱ་ཐུན་ཐུང་གིས་ཁྱེད་བདང་འདྲ་ཞེ། གར་འགྲོ་
ཆ་མེད་ཅིང་། མར་གོང་ནང་ནས་རྒྱས་འཛོར་ཡོད། ཅེས་མ་ཉེས་
པའི་ཁ་གཡོག་གཡ། སྒྲ་མ་མེད་པོན་གྱི་བཀའ་བཀྲོན་ནས། ཉེས་
ཤག་པོ་རྒྱལ་སྤྱིས་ལམང་ར་བྱེད་པ་ཡོང་ཉེན་གདའོ།

ཁ་མཆུ་སྐྱེས་ཐུལ་པམ་ཇི་ལྟར་འབྲུང་ཞེ་ན། མེ་ལྷག་ཐུང་
རྒྱས་ནགས་ཆལ་བསྐྱེགས་པ་དང་འདྲ་བས་གཞི་ཆེན་པོར་འགྲོ་ཉེན་
གདའ། སར་ཆོལ་བཤོལ་བའི་གས། ཐུང་འཇུག་རིགས་ལ་གདུགས་
དཀར་གཏོར་བརྒྱུག་སྒྲུལ་མ་གཡུལ་མདོས། ཤེར་སྤྱིང་བརྒྱུག་པ་
བཅས་གང་མང་བསྐྱབས་ན་ཉེས་ངོ་ཆེ་བར་མེད་ཅེས།

ནད་ལྟ་ནི། སྒྲོ་བུར་ཤི་ཆད་མ་ཐུང་ན་ནད་ཡུན་རིང་བའི་དོ་
ཆད་རིམས་དང་སྤྱད་གཟེར་གཟེར་ནད་སྐྱེས་ཀྱི་ངོ་ཆེ་བས་ཉེ་གྲི།
བརྒྱད་སྤྱོད་པ། གྲུ་ཏོག་གཞིར་གསུམ། ལོ་མ་གྲོན་མའི་དབང་ལྷ་
ཞིང་། དེའི་གཟུངས་གང་མང་། གཟེར་ཡུམ་ཐོན། ཐུག་དོར་ཐུང་
ནག་གི་དབང་བརྒྱུ་ཚར་ལ།

སྐྱེས་ལྟ་ནི། ནད་པ་ཡིན་ན་སྐྱེས་པ་ཤིན་ཏུ་ཉེན། ལྷ་དང་པར་བྱ་
ལོ་བདང་ཁྱི་ལོ་བར་དན། ཞག་གསུམ་ཚུན་ལ་མ་ཤིན་རིམ་གྱོ་སྤྱོད་ས

ཆེན་གྱིས་བསྐྱོག་ཅམ་ལ། ཆོད་བར་བརྒྱ་ཙ། ཆོས་བཤད་། ཆོ་མདོ།
 ཆོག་བྱངས། འཆི་བསྐྱ། ཆོ་ཐར་ལོ་གྲངས། སྤང་ལེན་འདོགས་
 པ། སེང་གདོང་མའི་བསྐྱོག་བསྐྱར། རྒྱལ་རྒྱལ་འབྲུལ་བ། གནས་
 བཟང་པོ་མཇལ་བཤད་བསྐྱོར་བ་མཆོད་འབྲུལ་སྐྱོགས་བསྐྱར། བད་
 པ་མེན་ན་སྐྱོག་ཆར་ཉེན་ཆེ་བ་མེད།

གདོན་ལྷ་ནི། སྤང་མ་མ་དགའ་ཞིང་རྒྱ་བསྐྱོགས་ནས་སེར་མོ་
 པ་དང་དངོས་པོ་གནད་ཆེན་གྱི་རྩེས་སྤུ་འབྲང་བའི་རྒྱལ་འགོང་གཞོན་
 པས་སྤང་མའི་བསྐྱང་བཤགས་གང་མང། འཇིགས་བྱེད་སྤྱོད་ཆར།
 རྒྱལ་གསོལ། བརྒྱ་བཞི། གཞེར་འོད། ཤེར་སྤྱོད་བསྐྱོག་པ་བཅས་
 བསྐྱར།

སྐྱབ་པ་ཡི་འཕྲོད་ཅེན། སྐྱབ་ཆོས་དྲུག་ཏུ་འབྱུར་ཞེས་པ་ལོ།

སྐྱབ་དང་དབྱེད་འདི་ལྟ་བུ་བྱས་ན་ཡི་འཕྲོད་ཅེན། སྤུགས་
 ཕན་ངོ་ཆེ་ཡང་འཕྲུལ་དུ་ལམ་འགོད་ཀྱང་ཅམ་ཡོང་འདུག་པས་རེ་ཞིག་
 འཐེན་པ་འཇ། ཆ་གསུམ། འབྱུང་བཞི་གཉོར་མ། སྤུ་གཉོར་
 རྣམས་བསྐྱབས་པར་བྱས་ན་ཉེས་ངོ་མེད་ཅམ།

སྤུ་ལྷ་ནི། སྤུ་ཡི་རྒྱ་མིག་སྐྱམ་པས་རིམ་གྱི་སྤྱོད་པས་ཆེན་གྱིས་
 བསོད་ནམས་ཆོགས་བསགས་ན། རྒྱལ་ཆེན་བྱ་གཅིག་ཅམ་འབྱུང་
 ཡང་སྤིད།

དཔྱ་ལྷ་ནི། དཔྱ་ཀུན་གྱི་བྱེད་ན་བཟང་། དེ་མེན་དཔྱ་འོ་སྐྱབ་
 བྱ་ཡོད་ཀྱང་འཆོབར་མི་རྒྱས་པས་བཟང་། འོན་ཀྱང་དཔྱ་ལྷ་དཔང་

བསྟོད། དག་གི་མཉན་པ་བཅས་བསྟུན།

མགོན་ལྷ་ནི། མགོན་པོ་ཡེ་ཡོང་ཞེ་ན། མགོན་པོ་རྩྱུར་ཡོང་
བའི་འདུན་པ་མེད་པའམ། ཡང་ན་རྩྱུར་དུ་སླེབ་པའམ། གཏམ་
འཕལ་དུ་སྐོས་ངོ་ཆེ།

ཆོང་ལྷ་ནི། གསེར་ཡར་གཏོང་ན་བོང་བ་རྩྱུར་འོང་ཞེས་སྐད་
གདའོ།

ལམ་ལྷ་ནི། བསྟོད་དགའ་ཙམ་གྱི་ངལ་དུ་བ་ཆེ་བར་གདའ།
དེ་མཉན་ན་ཉེན་ཏུ་ཅང་མི་ཆེ། འོན་ཀྱང་གོད་ཁ་ཕན་ཆོགས་འབྱུང་
ཉེན་ཡོད་པས་གཏུགས་དགའ། རྒྱང་བརྒྱད་སྟོགས། ཉ་གཟུངས་
ཐོན།

བོར་སྟོར་ཡེ་ཆེད་ཅེ་ན། ར་མདའི་མོ་ལ་ཤིན་ཏུ་བབས། བོར་
བ་ཆེད་ཅིང་བཅའ་དགོས་ན་ཐག་མི་དིང་བར་ཁུབ་སྟོགས་སུ་བཅའ་བ་
བབས།

ཤིམ་ག་བདུན་བར་བབས་ན། ལར་མོ་འདི་བབས་བའི་ན། དམ་
པའི་ཆོས་ལྷུ་འམ་གཞི་མོ་ནི། ལྷ་ཁང་བཞི་ལ་རྒྱལ་མཆོན་འཛུགས།
དུང་དགའ་འབྱུང་ཅིང་གཞི་བརྟུང་། ཆོས་ཀྱི་གདན་ས་ཐོབ་པ་
དང་། དགོན་ཤི་གསུམ་གྱི་བདག་པོ་ཕྱེད། མི་སྐྱུ་ཡིན་ན་རྒྱལ་པོ་
དང་། དམག་དང་འབངས་ཀྱི་བདག་པོ་ཕྱེད། ཅེས་སྦྱིར་བབས།
ཁྱད་པར་བརྩེ་མོ་ལ་བབས།

ཁྱིམ་ལྷ་ནི། སྦྱིད་ཀྱི་རྒྱ་མིག་དོལ། དགའ་བའི་སྐྱ་གར་ཅེ་ལྟེ་

བཟང་ངོ།།

ཁང་པ་འཇམ་ཡུལ་ས་ཡེ་འཕྲོད་ཅི་ན། ཁང་པ་བགྲུ་ཤིས་ཤིང་
ཞལ་དྲོ། བདེ་སྲིད་གྱི་ཉི་མ་དགུང་ལ་ཤར། མཆོང་སར་མི་ནོར་དར་
ཁིང་རྒྱས་པས་བཟང་། འོན་ཀྱང་ཡུལ་ལྟར་གསོལ་མཆོད་ཡང་ཡང་
བྱུང་།

གྲོགས་ལྷ་ནི། ཁ་གྲོགས་མི་ཆེ་འདྲ་ཡང་གཏིང་གྲོགས་ཆེ་བར་
འདུག་གོ།།

ནོར་ལྷ་ནི། ནོར་ནག་གི་རིགས་ལ་ཅུང་ཟད་གོད་ངོ་ཅམ་
འདུག་ཀྱང་། ལར་བསོད་ནམས་གྱི་ར་བ་གཡང་གི་ནོར་བུས་ཁེངས་
ཞེས་པ་ལོ།། གོད་ངོ་བསྐྱོག་ཕྱིར་ནོར་རྒྱལ་མའི་གཟུངས། གཏུགས་
དཀར་བསྐྱོག་པ་བཅས་མང་དུ་བསྐྱབ།

དོན་ལྷ་ནི། ཁ་འཇུ་མ་དུ་ལེ་ཁོག་འཇུ་མ་ཤིག་གི་འབྲུབ་ཅིང་།
དེ་ཡང་ཅུང་ཟད་ངང་བསྐྱངས་དགོས་པར་གདའོ།།

ཁ་མཆུ་སོགས་རྒྱལ་པམ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་ཞེ་ན། འཕྲུལ་དུ་
སེམས་ངལ་ཅམ་ཡོང་ཡང་ཕྱགས་བཟང་བར་གདའོ།།

ནད་ལྷ་ནི། ལྷིར་ནད་བབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་། ཁྱད་པར་དུ་
འབྲུག་ལོ་བ་དང་རྒྱལ་ལོ་བར་འཛོེར་བས་གདོན་ནད་དང་གང་པའི་
ནད། མཆིན་ནད་སོགས་འབྱུང་བས་རྒྱས་འབྱིང་བརྒྱས་གསུམ།
པལ་ཆེན་རྒྱོགས། རྩོད་རྒྱལ་མདོ་གང་མང་། སོ་ལྟ་མཆོད། ལྷིན་
སྤྱི་ལྟོང་ཆར་བསྐྱབ།

སྒྲིག་ཕྱིན། སྒྲིག་སྒྲིག་གི་ཀ་པ་བརྟན་པས་བཟང་། བླ་པ་
ཡིན་ན་མིན་ཏུ་འཛོམ་པས་ཆོད་བར་དང་རྟ་མགིན་གྱི་དབང་བརྟུ་ཅ་
ཞུས། འཆི་པའི་གྱི་སྒྲིག་བསྐྱུ་ འཆི་བསྐྱུ། ལུས་བསྐྱུར་མིང་བཞེ་
སྒྲིང་དག་མཛོམས། མཛོམས་ན་མིམ་གྱི་རང་ལོམས་གྱི་སྒྲིག་པས་ཆོད་
བསྐྱུ་བས་ན་མི་ཉེན་ཅམ་མོ།

གཤོན་ཕྱིན། ལུས་པོ་ནང་བཅན་མོ། འདྲེ་སྐྱུ་པས་ཤར་
སྒྲིག་པས་གཤོན་ངོ་ཆེ། གཤོན་འོད། བརྟུ་སྒྲིང་པ། གཤུགས་
དགས། མེར་སྒྲིང་། བརྟུ་བཞི། བཅན་གསེལ། ཆགས་ལུམ། ལུས་
གཤོན། སྒྲིག་པས་བཅུ་ཉེ་སྒྲིག་པས། དབང་སྒྲིང་སྒྲིག་བརྟུ་བསྒྲིག་པས།

སྒྲིག་པས་འཕྲོད་ཅེན། སྒྲིག་པས་འཕྲོད་ལུས་ཡིན་ན་པས་པས་
དགས། གསེལ་དུ་སྒྲིག་པས་འཕྲོད་ཅེན།

སྒྲིག་དང་དབྱུང་འདི་འདྲ་སྒྲིག་པས་འཕྲོད་ཅེན། སྒྲིག་དང་
དབྱུང་འཕྲོད་པའི་སྒྲིག་པས་འཕྲོད། གཤུར་བསྒྲིག་པས་སྐྱུ་པས་བཟང་ངོ་
མི་ཆེ། ཅིས་ཀྱང་ཕྱིད་ན་དགས་པ་གཤོན་གྱི་མཛོམས་སྒྲིག་པས། ཆ་
གསེལ། ལུས་བསྐྱུ་ཅོད་པས་འཕྲོད་པས་བཅས་བསྐྱུ་བས་ན་ཉེས་ངོ་
མཛོམས་དོ།

སྒྲིག་ཕྱིན། ཉེན་འགངས་ཆོད་སྒྲིག་དང་སྒྲིག་པས། གསེལ་པ་
འདི་བས་པ། ཉེན་པོད་ཞགས་པའི་སྒྲིང་པའི་གཤུངས་སྒྲིང་ཆར།
སྒྲིག་པས་འཕྲོད་པས་བཅས་བསྐྱུ་བས་ན་སྒྲིག་པས་འཕྲོད་པས་བཟང་ངོ།

དགས་ཕྱིན། དགས་པོད་ཅོད་ཉེན་ཏུ་བཟང་།

མགོན་པོ་ཡེ་ཤེས་ཞེས། དགའ་ཡལ་ལེ་སྟོ་སིང་དེ་ལྷུང་དུ་སྟེབ་
སྐད་དོ།

ཆོང་ལྷ་ནི། གསེར་དངུལ་སྟགས་ཀྱི་ཆོང་ཡིན་ན་བཟང་། ཉ་
ནོར་སྟགས་དངུལ་སྟགས་ཡོད་ཀྱི་རིགས་ཆོང་ཁ་སྟེ་ཞིང་པམ་པའི་དོ་ཆེ།

ལམ་ལྷ་ནི། རྒྱལ་ལམ་བདེ་ཞིང་སྤྱིད་པར་མཆིས། འོན་ཀྱང་
འགྱུད་སྟགས་ལ་ཐུག་འཕྲད་ཀྱི་དོ་སྙན་ཅམ་མཐོང་། སྤང་མ་གསོལ།
རྩ་བ་སང་ཐོང་ས།

པོར་སྟོར་ཡེ་རྟེན་ཅེ་ན། བཅའ་བཤམ་མི་སྟོས་པར་གར་རམ་
བྱང་གི་སྟོགས་ནས་རིམ་བཞིན་ཅད་ཆོད་དོ་ཆེ། སྤང་ཡང་པོར་སྟོར་
ཅི་རིགས་ཀྱི་དོ་ཡོད།

ཤོ་མིག་བརྒྱད་བཤམ་བཟང་ན། ལར་མོ་འདི་འབྱིང་སྟོད་ཡིན། དམ་
པའི་ཆོས་ལྷུང་མ་གཞི་མོ་ནི། བཟང་ངན་གཉིས་ཀྱི་དཔྱེ་འབྱེད་
དཀའ། ཞེས་བརྟན་རྒྱས་ལར་རྒྱུ་རི་རིགས་འགངས་ཆེ་བར་ཐུགས་
བཟང་ཡང་འཕྲུལ་དུ་ལམ་དུ་རྒྱག་མིན་སྟོ་ཆོགས་ཡོང་བ་དང་། ཡལ་
བའི་གཞི་མོ་བརྟན་པ་ཅམ་ལས་བཟང་ངན་གྱི་འཕམ་འབྲུབ་ཆེ་བ་མི་
ཡོང་།

ཕྱིམ་ལྷ་ནི། སྟོ་བདེ་བཀའ་དྲོ་བྱིན་ཆགས་པར་མཆིས། འོན་
ཀྱང་སྤང་མ་འབྲུག་སྟེན་གྱིས་ནང་འཛིངས་ཕན་ཆོགས་ཡོང་ནི་ན་
འདུག་ སྤང་མའི་དུས་གཏོར་སྟགས་མ་ཆགས་པ་གྱིས།

ཁང་པའམ་ཕྱུལ་སུ་ཡེ་འཕྱོད་ཅེ་ན། ཁང་པ་ཐུགས་འཕྱོད་དོ

ཆེ་ཡང་འཕྲལ་དུ་འཕྲལ་དོ་སྐྱོན་བྱ་འབྱུང་། མཆོར་ས་ལྷ་བྱ་ཡིན་ན།
ནོར་ལ་ཤི་ཆད་གོད་སྐྱོན་བྱ་འདི་དོ་འབྱུང་བས་ཅེས་ཀྱང་སྔོན་ན་ཡུལ་ལྷ་ར་
བསང་ཐོང་ས། འབྱུང་བཞི་གཉིད་མ། སྤྱད་རྫོང་ས་གྲིས།

སྐྱོག་ས་ལྷ་ནི། སྐྱོག་ས་དོ་ཅུང་ཡོད་ཀྱང་ཕྱི་དལ་གྱི་དབང་དུ་
འགྲོད་གས་ཆེ་ལོ།

ནོར་ལྷ་ནི། ལར་ཟས་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་འཕེལ་བར་མཆོས་པ་
ཡིན་ཀྱང་འཕྲལ་དུ་བོར་སྤྱོད་དང་ཆོང་ཕམ་པ་འཕ། ཤོར་གོད་རིགས་
ཅུང་ཟད་ཡོང་བར་གདལ། ནོར་རྒྱན་མའི་གཞུང་ས། ཡངས་པའི་
གྲོང་ཁྱིམ་དུ་འཕྱག་པའི་མདོ་གང་མང། གསེར་འོད་གཡང་སྤྱབས།
ནམ་སྐྱེས་ཀྱི་བསྐྱང་བ། སྤང་མའི་བསྐྱང་འཕྱིན་དང། ལན་ཆགས་
གཉིད་མ་འབྱམ་ཐེན། བྱལ་གཉིད་བཅས་བསྐྱབ།

དོན་ལྷ་ནི། རི་ལྷ་ར་བསམ་བཞིན་ཕུགས་སུ་འགྲུབ་དོ་ཆེ།
འཕྲལ་དུ་གཞན་གྱི་ཁ་འཕྱགས་དུ་མས་སྐྱེན་བྱས་པས་རེ་ཞིག་འགྲུབ་
དགའ་བའཕ། འཕྲལ་དུ་རི་བཞིན་མ་གྲུབ་ཀྱང་ནན་ཏན་གྱིས་
བསྐྱབས་ན་འགྲུབ་པའི་དོ། ལྷ་སྤང་མཆོད་ཅིང། རྒྱལ་མཆོན་ཅེ་
མའི་དབྱང་རྒྱན། ནོར་བུ་བཟང་པོའི་གཞུང་ས། བཀྲ་ཤིས་བཅེགས་
པའི་མདོ། སྤྱལ་མའི་མཆོལ་བཞི་བའི་ཆོག་ཐོན།

ཁ་མཆུ་སྐགས་རྒྱལ་ཕམ་རི་ལྷ་ར་འབྱུང་ཞེ་ན། རེ་ཞིག་རྒྱལ་
ཕམ་དབྱེ་འབྱེད་དགའ་བར་གདལ། སྤང་མ་མཆོད། གདུགས་
དགའ་བསྐྱོག་པ་བཅས། གྲོག་གསེར་གསུམ། ཁ་མཆུ་ནག་པོ་ཞེ་

བར་བྱེད་པའི་གཞུང་ས་བསྐྱབས་ན་ཕུགས་བཟང་པར་མཐོང་།

ནད་ལྷ་ལྷོ། བད་གཞི་ཆེ་ཞིང་རྒྱང་ནད་པད་ཀན་དུ་ཆུ་ཉ་
སྟགས་ཀྱིས་བད་བས་ཆག་གི་རིགས་ནད་ཅོ་ཆེ། སྤང་མ་མྱི་དང་ཁྱུང་
པར་ལྷ་མའི་བསྐྱང་བ། ཡུལ་ལྷ་དང་མྱིས་ལྷར་གསོལ་མཆོད།
གཏུགས་དཀར་སྟགས་ཀྱི་བསྐྱང་ལའོར་འདོགས། རྒྱང་བསྐྱེད་ཅན་
པན་འཇུགས། ཡལ་ཆེན་དང་བསྐྱལ་བཟང་སྟོགས། སྤང་མང་དུ་
རྒྱང་ས་པ་བཅས་བསྐྱབ།

སྟག་ལྷ་ལྷོ། སྟག་ལྷ་བཅན་ཀྱང་སྟོ་ཕུར་གྱི་བགྱིགས་འཇུག་པོ་
ཆེ་བས་ཆེ་བར། ཆོད་པར་བྱ་བ། ཆོད་པ་ག་མེད་དང་སྟོལ་དཀར་གྱི་
སྤྱ་བཞིང་ས། རྣམ་རྒྱལ་མའི་ཆོག་ཐོང་ས།

གདོན་ལྷ་ལྷོ། སྤང་མ་ལུགས་ཤིང་ཡུལ་ལྷ་དང་། མྱིས་ལྷ་
སྟགས་སྟོས་བས་གནོད་ཅིང་། ཁྱུང་པར་རྒྱལ་པོ་དང་མ་མའི་གདོན་
དེ་ཡང་འཐབ་འཇིངས་ཅོ། དམ་སེལ་གྱི་ཁྱེན་གྱིས་གནོད། སྤང་
མའི་བསྐྱང་བཤགས་དང་ཡུལ་ལྷ་གསོལ། རྒྱལ་གསོལ་ལམ་རྒྱལ་
མའོས། བརྒྱ་བཞི། ཤེར་སྤྱིང་བདུན་བསྟོག་ ཁའ་བར་མའི་མའོས།
གནས་ཁང་ལུས་དང་དམ་ཆོག་དོ་རྩེ་བསྐྱས་པ་བསྐྱབས་ན་ལེགས།

སྟན་པ་ཡེ་འཕྲོད་ཅེན། འཕྲལ་དུ་པན་ཅོ་ཆེ་བ་མེ་ཡོང་ཡང་།
ཕུགས་གཏིང་ཆོད་པའི་པན་སྟེབས་ཆེ་བ་ཡོད་སྟངས་དོ།

སྟན་དང་དུང་འདི་ལྷར་བྱས་ན་ཡེ་འཕྲོད་ཅེན། ཆགས་ཕུམ་
འཕྱུང་གཏོང་། གཏུགས་དཀར་བཅས་བསྐྱབས་ནས་སྟན་པའི་རིག་

བཞིན་བྱས་ན་རིམ་བཞིན་པ་ན་ངོ་ཡོད།

སྤྲུལ་ནི། མལ་སོ་སོར་འབྲང་མའི་ལམ་ལོ་འདྲགས། སྤྲུལ་མགང་མང་བཏོན་ན་སྤྲུལ་བཟང་བར་གདའོ།

དག་སྤྲུལ་ནི། ལྷ་སྤྲུང་གསེལ་ན་དག་ངོ་མེད་ཅིང་བཟང་ངོ།

མགོན་པོ་ཡོང་ཞེན། དེ་ཞིག་སྤྲུལ་གྱི་ངོ་ཆེ་ཡང་སྤྲུང་ངོ་སྤང་བཅས་ཡོང་སྤང་ངོ།

ཆོང་སྤྲུལ་ནི། དེ་ཞིག་ཆོང་ཁ་སྤྲུལ་འགོར་གཞི་ཡུན་རིང་ཅམ་ཡོད་ན་འང་ཡུན་བསྐྱངས་ན་ཆོང་རྒྱལ་བར་ངེས་སོ།

ལམ་སྤྲུལ་ནི། སེམས་འགྱུར་དང་སྤྲུག་དང་ངས་ཀྱི་ངོ་ཅུང་ཟད་འདུག་ཀྱང་ལྷ་བསང་དང་། རྒྱུགས་བཅུད་ལྷན་སེལ་སྤྲུགས་ན་བཞུང་ལམ་བདེ་བར་མཆིས།

བོར་སྤྲུང་འདི་ཡོ་རྟེད་ཅེན། ཅད་ཆོད་དཀའ་ཅམ་ཡོང་བར་འདུག་ཀྱང་རྒྱབ་བྱང་གི་རྒྱུགས་སྤྲུལ་བཅལ་ན་རྟེད་པ་འཇམ། དེ་མེན་སྤྲུང་ཁྱེད་སའདོན་པ་ཞིག་ཡོང་བར་འདུག་གོ། ཉ་ནོར་སྤྲུགས་ཀྱི་རིགས་བོར་སྤྲུང་བྱང་བ་ཡིན་ན་རྒྱབ་བྱང་གི་རྒྱུགས་སྤྲུལ་བཅལ་ན་རྟེད་ངོ་ཆེ། དེ་མེན་དེ་ཞིག་ཅད་ཆོད་པའི་ངོ་མེད་ཅིང་སྤྲུང་སྤྲུང་གཞི་དང་བཅས་མཐའ་འདོན་ཡང་སྤྲུང་།

ཤོ་མིག་དག་ག་ལ་བབས་ན། ལར་མོ་འདི་བཟང་བར་མཆིས། དམ་པའི་ཆོས་སྤྲུལ་འཇག་གི་མོ་ནི། ཁམས་གསུམ་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་འདུས། རྟོང་གསུམ་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་གྱིས་གཞོན། ང་རྒྱལ་ཅན་གྱི་

མཁོན་དང་འཕྲད། མེད་གེས་གངས་རི་འཛིན་པ་ལ། སྟོན་ཆགས་
ཞན་ལ་སྟག་མི་དགོས། ཆོས་པ་གང་དུ་འཕྲོ་བ་ལ། བགེགས་མེད་
དམ་ཆོས་འཕེལ་བར་མཆིས། སྟན་གསལ་ཡོངས་སྟོང་ཟུ་ཆེར་
འབྱུང་། ཞེས་འཕྲུལ་ཕུགས་ཀུན་ལ་བཟང་།

བྱིམ་ཕུ་ནི། བསོད་ནམས་ལྷན་པར་ཆོས་ནོར་གྱི་ལོ་འདབ་
ཟུས་ཤིང་བདེ་སྲིད་ཀྱི་མེ་ཉླ་བཀྲ་སྒྲུབ་དོ།

ཁང་པའམ་ཡུལ་ས་ཡེ་འཕྲོད་ཅེ་ན། ཤིན་རུ་འཕྲོད་དོ་ཆེ།
འོན་ཀྱང་ཐབ་གཞི་བ་སྟགས་ལ་འཛེམ་པར་བྱའོ། མཆོར་སར་བོར་
སྟོར་དང་གོད་ཁའི་དོ་ཕྱན་ཆོགས་ཀྱི་དོ་ཅམ་ལས་བགེགས་འཁྲབ་ཆེ་བ་
མེད།

སྟོན་ཕུ་ནི། སྟོན་སངས་ཤིན་རུ་ཆེ། འོན་ཀྱང་དེའི་རྗེས་སུ་
འབྲང་བའི་གདོན་གྱིས་གནོད་དོ་ཡོད་པས་བརྒྱ་བཞི་དང་། མེད་
གདོང་མའི་བརློག་བརླུང་གིས།

ནོར་ཕུ་ནི། བང་མཛོད་ནོར་གྱིས་ཁེངས། ར་བ་ཕུགས་གྱིས་
ཁེངས་ཞེས་བཟང་དོ།

དོན་ཕུ་ནི། དོན་རམས་ཆེན་ཡིན་ན་ཇི་བཞིན་འབྱུང་དགལ་
དེ་མིན་གཏམ་སྟན་གྱི་དོ་སྙེད་བཅས་ལྟར་དུ་འབྱུང་བོ།

ཁ་མཆུ་སྟགས་ཀྱིས་པམ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་ཞེ་ན། དེ་ཞིག་ཀྱིས་
ཡང་འབྱུང་ཞེས་གི་དོ་ཆེ། དཀོན་བཅེགས། འཕགས་མ་འོད་ཟེར་
ཅན་མའི་གཟུངས། བཀྲ་ཤིས་བཅེགས་པའི་མདོ། དཔང་སྒྲིང་ཕུག་

བརྒྱུ་བ་ཐོན། གདུགས་དཀར་བཅས་བརྒྱུ་བ།

ནད་ལྷ་ནི། ཏྲུག་ལོ་བར་ཅུང་འཆུག། ཆོད་བར་ཁྱུ་མེ་
ཐར་བཅས་བརྒྱུ་བ། དེ་མིན་ཆོས་ཀྱི་རྩེ་འོ་ཐག་དང་མཆོངས་སྐད་
དོ།

གདོན་ལྷ་ནི། ས་ཆོད་རྩོག་སྐྱེས་དང་ཐབ་གཞི་བ་སྐྱེས་ཀྱི་
ཁྱེན་གྱིས་ལྷ་གཉན་ས་བདག་དང་འགས་ཤིང་། གཞན་གྱི་བྱང་ཁའི་
དོད་དང་། དུམ་ལྷ་ཁྱེས་ལྷ་སྐྱེས་ཀྱི་ཕྱག་དོག་གི་དོ་ཡོད་པས། ལྷའི་
གདོན་གྱིས། ལྷ་མཆོད། ལྷ་བསང་། ལྷ་འབུམ། ལྷ་གཏོར། ལུས་
རག་ཡིད་གསུམ་བཅིངས་པ་ལས་གྱིས་བའི་གཟུངས་གང་མང་། བྱང་
གྱིས། རྒྱག་ཅུ་མ་འབུལ་བ། གདུགས་དཀར་གཏོར་བརྒྱུ་བ། དུམ་
ལྷ་ཁྱེས་ལྷ་གསལ་ཁིང་རི་བྱས་བཅོམ་པོ།

ལྷ་པ་ཡེ་འཕྱོད་ཅེ་ན། ལྷ་ཐོས་བདུད་ཅི་དང་འདྲ་བས་
ཤིན་ཏུ་འཕྱོད་སྐད་དོ།

ལྷ་དང་དབྱེད་འདི་ལྷ་རྩེས་ན་ཡེ་འཕྱོད་ཅེ་ན། ལྷ་པའི་
རག་བཞིན་བྱས་ན་འཕྱོད་དོ་ཆེ། འོན་ཀྱང་མེ་བཅིའི་རིགས་རེ་ཞིག་
འཐེན་པ་བཟང་།

སྤྱི་ལྷ་ནི། ལྷ་ལྷ་མཆོད་ཅིང་སོ་སོར་འབྲང་མའི་གཟུངས་
གང་མང་བཏོན་ན་སྤྱི་འཕེལ་བས་བཟང་དོ།

དམ་ལྷ་ནི། དམ་མགོ་ལྷ་གལ་གྱིས་གཡོགས། དམ་དཔུང་
རང་སར་ཞིག་ཅེས་བཟང་དོ།

མཉམ་པོ་ཡི་ཡང་ཞིན། གོམ་སྟོབས་ཤར་རེས་རྩལ་ནག་ཙར་
རེ་ལྟར་དུ་སྒྲིབ་སྒྲུབ་དོ།

ཆོང་ཕུ་ནི། ཕར་ཆོང་རྒྱུ་རི་རིགས་ཁེ་ཆེ་ཞིང་བཟང་། ལུང་ཉི་
རྒྱ་ཆོང་ཁ་སྒྲ་ཞིང་ཁེ་ཆོང་བར་གདེའོ།

ལམ་ཕུ་ནི། ཉ་པོའི་སྒྲུབ་དང་མཐུར་མདའི་ངོ་ཞེས་བཤད་
རྒྱུར་ཞིང་བགོགས་མེད་བཟང་བར་མཆིས།

བོར་སྟར་ཡེ་རྟེན་ཅེ་ན། སྟར་བ་རྟེན་ཅིང་འཕྲོས་པ་ཐར།
ཞེས་རྒྱུར་དུ་རྟེན་པའི་ངོ་ དེ་ཡང་འོས་མེད་ཀྱི་ཐག་ཉེའི་མི་ཞིག་གིས་
བརྒྱུས་པའམ། ཡང་ན་སྟར་ཕན་ཀྱན་མའི་ལག་དུ་མང་ཆུང་པར་
གདའ་བས་བཅལ་ན་རྒྱུར་དུ་རྟེན་དོ།

ཤོ་མིག་བརྒྱ་བར་བབས་ན། ལར་མོ་འདི་འབྲིང་ཅམ་ཡིན། དམ་
པའི་ཆོས་ཕུ་འམ་གཞི་མོ་ནི། ལྷ་མ་ཆེན་པོ་དང་བརྟེ་རིགས་ལ་འཕྲུལ་
ཕྱགས་གཉིས་ཀར་བཟང་། མི་དཔོན་ཆེན་པོའི་བསྟན་སྲིད་ལ་འཕྲུལ་
དུ་འཕར་འབྲུབ་ཆེ་ཡང་ཕྱགས་སུ་བཟང་། ཕལ་བའི་གཞི་མོ་སྒྲིང་
བརྟེན་དང་མེམས་འགྱུད་ཀྱི་ངོ་རྒྱུང་བད་འདུག་ཀྱང་། སྟན་བཞེན་
སྤང་མའི་གསོལ་མཆོད་དང་གཏོར་མ་བརྒྱ་ཙ་ཡང་ཡང་གཏོང་བ་
བཅས་བསྐྱབས་ན་བཟང་།

ཁྱིམ་ཕུ་ནི། བོར་སྟར་དང་ཁ་འགྱུད་མེམས་འགྱུད་ཀྱི་ངོ་དང་།
བྱེད་དང་ས་ཀྱི་ངོ་མཐོང་བས་རྟེན་པ་འགྱུད་པ་དང་། འཐབ་མའི་
སར་མི་འགྲོ། འབྲུམ་དང་ཕལ་ཆེན་སྟོགས། བརྒྱ་བཞི། ལྷལ་

མཚན་ཅེ་མའི་དཔུང་བྱུང་། གཏུགས་དཀར། སྒྲོལ་མ། གསེར་
འོད་གཡང་སྒྱབས་བཅས་བསྐྱབ།

ཁང་པ་འཕྲུལ་སུམ་འཕྲོད་ཅེ་ན། ཁང་པ་དེར་འཕྲུལ་དུ་
འཕྱུང་སྟེ་ཅམ་ཡོད་ནའང་། དུགས་སུ་ནོར་མས་གྱིས་ར་བ་
ཁེངས་ཤིང་རིགས་རྒྱད་གྱི་སྒྲིལ་ལེལ་བར་གདེ། མཆོར་ས་དེར་ན་ཆ་
དང་གོད་ངོ་འབྱུང་ཉེན་ཡོད་པས་སྒྲོས་པ་ལེགས།

ཤོགས་ལྷ་ནི། ཤོགས་ཕྱི་དལ་གྱིས་བྱིར་བས་རེ་ཞིག་མེད་སྟེ་
དོ།

ནོར་ལྷ་ནི། འཕྲུལ་དུ་ནོར་གོད་སྒྲོགས་གྱི་ངོ་ཆེ་ཡང་། དུགས་
ངན་པ་རང་མཆོས། ནོར་ལྷག་ལ་གོད་ངོ་སྤྲོད་ཆོགས་ཡོད། མངོ་རྩ་
གཉིས་ལ་ཤིན་དུ་བཟང་། རྣམ་སྒྲུལ་གྱི་བསྐྱང་བ། གཡང་འབྲུགས།
བུམ་གཉེར་འབྲུག་པ། ཤེར་སྒྲིང་བདུད་བརྒྱུག་ ནོར་གཟུངས།
ལྷག་གཟུངས། ལན་གཉོར་གང་མང་ཐོངས།

དོན་ལྷ་ནི། ཐག་རིང་པོར་དོན་རྩམས་ཆེན་དོན་དུ་གཉེར་བ་
ཡིན་ན་བསམ་པ་བཞིན་འབྲུག་ངོ་ཆེ། ཐག་ཉེར་དོན་རིགས་ཁ་སྒྲུལ་
དང་ཕྱི་དལ་གྱི་ངོ་ཆེ། བུམ་པོ་སྒྲོལ་འབྲང་མའི་གཟུངས་སྟོང་
ཆར་དང་། གཟུངས་བསྐྱུས་ཐོན།

རྩྭ་པ་རྒྱལ་ཕམ་རི་ལྷ་འབྱུང་ཞེ་ན། སྒྲིང་གཞི་རི་མང་ཞིག་
གིས་རེ་ཞིག་འབྲུགས་ནས་ཐག་ཆོད་པ་དཀར་ཡང་། དུགས་གཙང་
མའི་ལེགས་པོ་ཡོང་ངོ་ཤར། སེང་གདོང་མའི་བརྒྱུག་བསྐྱུར།

གདུགས་ཤིང་བཅས་བསྐྱབ།

ནད་ལྷ་ལྷི། ལྷ་ལྷི་ལོ་བར་ཅུང་འཛིན། འོན་ཀྱང་ནད་དོ་ཆེ་
ཡང་རིམ་དུ་རས་ཀྱི་དོ་ཤིན། ནད་ལ་སྐྱབ་པོ་གཞིར་བྱང་གི་རིགས།
སྤྱིང་གཞིན་སྐྱབས་འབྱུང་དོ་ཆེ། རིམ་གྱིར་རྒྱས་འབྱིང་བསྐྱབས་གསུམ།
ལྷ་ཏོག་གཞིར་གསུམ། གཞུངས་བསྐྱབས། མཆོད་རྟེན་ལ་སྐྱབ་དཀར་
གསོལ། རྒྱང་བསྐྱིད་ཅོད་པན་འཛུགས། ས་སྒྲོ་འདེབས། བརྒྱ་
བཞི། གཏོར་མ་བརྒྱ་ཙ། གཟའ་ཡུམ། ལྷ་གཞིར་གྱིད་བང་ལྷ་བ་
བཅས་བསྐྱབ།

སྐྱབ་ལྷ་ལྷི། སྐྱབ་གི་སྐྱབ་མི་ཆད་ཅིང་། ཞེས་སྐྱབ་ལྷ་བརྟན་
པས་བཟང་། ནད་པ་ཡིན་ན་ཆོད་བང་ལྷས། ཆོ་མདོ་ཆོ་གཞུངས་
བཅས་བསྐྱབས་ན་སྐྱབ་ལྷ་བཟང་།

གཞིན་ལྷ་ལྷི། མོ་འཕྲོད་དང་ལེ་ཉར་གཞིན། དེ་ཡང་རང་གི་ཉེ་
སྐྱབས་ནས་འབྱངས་པའི་རྒྱལ་པོ་དང་བཅན་གཞིན་མཇམས་ཀྱིས་
གཞིན་དོ་ཆེ། ས་མེས་ནས་འགོ་བའི་སྤྱང་མ་མཆོད། ཁའ་བར་མའི་
མདོས། ཆགསུམ། རྒྱལ་མདོས། རྒྱལ་གསོལ། བརྒྱ་བཞི། ཉ་
མགྱིན་གྱིད་བང་ལྷས། མདོ་སྤྱད་པ་སྤྱང་ཆར། གཞིར་འོད་གང་
མང་སྐྱབས།

སྐྱབ་པ་ཡེ་འཕྲོད་ཅེ་ན། ཉ་ཅང་དོ་ས་མི་ཆེ་ཡང་ནད་ཀྱིས་
བརྟེན་ན་འཕྲོད་དོ་ཅེ་མེད།

སྐྱབ་དང་དཔུང་འདི་ཉར་བྱས་ན་ཡེ་འཕྲོད་ཅེ་ན། སྐྱབ་པའི་

ངག་བཞིན་བྱས་ན་རིམ་འཕྲོད་ཀྱི་ངོ་ཡོད། མེ་བཙའ་དང་གཏར་ཁའི་
རིགས་ཀྱི་ཡན་ངོ་ཆེ་བར་ཡོང་དགའ། དེ་མིན་འབྲིང་ཙམ།

སྲི་ལྷ་ལྷོ་ལྷོ། སྲི་འབྲུང་ངོ་ཆེ་ཡང་སྔོན་བཞེན་གྱི་སྤང་མའམ་བྱིམ་
གྱི་ལྷ་འབྲུགས་པས་མགོ་ཐོན་དགའ་བར་གདའ། སྔོན་མའམ་འབྲུམ་ཐེར།
སྔོན་བཞེན་སྤང་མགས་ལ། རྒྱགས་བཅུ་ཉི་ལྔ་ན་མེ་ལ་སྔོན་གས། རྒྱང་སྲི་
མནན་པ། གདུགས་དགར་གཏོར་བསྐྱོག་ མེང་གདོང་མའི་བསྐྱོག་
བསྐྱུར། སྤང་བ་འདོགས་པ་སོགས་ལ་འབད་དགོས།

དག་ལྷ་ལྷོ་ལྷོ། དག་ངོ་ཙམ་མཐོང་ཡང་དག་ལྷ་དཔང་བཞེད།
སྤང་མ་མཆོད། དག་སྲི་མནན་པ། རྒྱག་ཅུ་མའི་གཏོར་བསྐྱོག་
བཙས་བསྐྱབས་ན་བཟང་།

མགོན་པོ་ཨེ་ཡོང་ཞེ་ན། ཐག་རིང་གི་མགོན་པོ་འདྲོད་དོན་
བྱུང་ཅིང་རྒྱུ་འོང་བའི་འདུན་པ་ཙམ་ལས་རེ་ཞིག་མི་སྟེབ་པའམ།
ཡང་ན་ཁ་སྐྱུས་དང་བཙས་སྤྱར་དུ་སྟེབ་པའི་ངོ། ཐག་ཉི་ལྔ་རིགས་ཕྱི་
དལ་ཆེ།

ཆོང་ལྷ་ལྷོ་ལྷོ། ཐག་རིང་དུ་འགོ་དགོས་ཀྱི་ཆོང་གི་རིགས་ཁེ་
སྟོགས་འབྲིང་ཙམ་དང་། ཉེ་བྱུང་གི་ཆོང་ཡིན་ན། འདྲོད་ཁེངས་མི་
ཡོང་བའི་ངོ་ཆེ།

ལམ་ལྷ་ལྷོ་ལྷོ། ལམ་དུ་དག་ངོ་ཡོད་ཅིང་ལར་གཞི་ནས་ཐོན་
དགའ་ཙམ་མམ། ཡང་ན་ལམ་དུ་འགོར་གཞི་ཆེ་ཞིང་། ཆིག་པ་ཁ་
དབྱག་ཅན་ལ་ཤི་ཆད་དང་། གྱུད་དང་སེམས་ངལ་གྱི་ངོ་ཆེ། རིམ་གྱོ་

བཀྲ་ཤིས་བཅོམས་པ་དང་སྒྲུབ་བརྒྱད་རྫོགས། རྒྱལ་མཆན་ཅེ་མའི་
དཔུང་རྒྱན། སྤང་མ་མཆོད། ལྷ་བསང་ཐོངས། བརྒྱད་སྟོང་པ།
གདུགས་དཀར་ཐོན།

བོར་སྟོར་ཡེ་ཆེད་ཅེན། བཅའ་མི་དགོས་པར་ལག་ཏུ་འཕྱོར་
བའམ། ཡང་ན་ཆེད་དཀར་བསང་ལ་བདོན་མེད་དུ་འགྲོད་གས་ཆེ།
སྤང་ཡང་བོར་སྟོར་གྱི་དོ་ཡོད།

ཐོ་མིག་བརྒྱ་གཅིག་པར་བབས་ན། ལར་མོ་འདི་བཟང་དོ་ཆེ། དམ་
པའི་ཆོས་ལྷུ་འམ་གཞི་མོ་ནི། དུང་གི་སྒྲིབ་ལྷུར་གཏམ་སྟན་ཐོས།
གཡུ་ཡི་ཚུན་ཤིང་འཐིབས་པ་ལ། རུ་བྱུག་ཚུན་མོས་གསུང་སྟན་
རྫོགས། སྤྱི་འཕྲུལ་ཕྱགས་གཉིས་ཀའི་སྤྱི་མོ་བཟང་། རྒྱད་པར་བརྗེ་
མོ་ལ་ཤིན་ཏུ་བཟང་བས་དགེ་སྦྱོར་འཕེལ་བར་མཆིས་སོ།

ཁྱིམ་ཕྱུ་ནི། བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚུན་པར་ནོར་ཇམས་ཀྱི་ལོ་འདབ་
རྒྱལ་ཤིང་རིགས་རྒྱད་ཀྱི་མེ་ཏོག་བཀྲ་བར་གདལ། འོན་ཀྱང་སྤྱད་
ས་བདག་གིས་གཞོད་པས་ནད་དོ་ཕྱན་ཆོགས་འདུས་པས་སྤྱ་གཏོར་
ཡང་ཡང་དང་། སྤྱ་བསང་ཐོངས།

ཁང་པའམ་ལྷུ་ལ་ས་ཡེ་འཕྲོད་ཅེན། ཁང་པ་དང་མཆོར་ས་
འཕྲོད་པར་གདལ། དེར་གནས་གཞི་བདག་ལ་བསང་དང་། སྤྱ་
བསང་ཐོངས།

གྲོགས་ཕྱུ་ནི། ཏ་ཅང་རམས་མི་ཆེ་ཡང་གྲོགས་དུ་མ་འོང་བར་
གདལ་སྒྲིབ་དོ།

ནོར་ལྷ་ནི། སྤྱིར་བཏགས་ནོར་འཕེལ་བས་བཟང་། ཟུང་པར་དུ་
རྟ་དེལ་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ངོ་ཆེ། ལོ་རྟོག་བཟང་ངན་འཕར་འབུབ་ཆེ་བ་
ཡོང་ཉེན་ཡོད། ནོར་རྒྱན་མའི་གཟུངས། རྣམ་སྤྲུལ་གྱི་བསྐྱེད་བཞག་
གཡང་འགྲུགས་བཅས་བསྐྱབས་ན་བཟང་།

ནོར་ལྷ་ནི། འཕྲུལ་དུ་ལམ་དུ་རྒྱག་མིན་ཕན་བུ་འབྱུང་མིན་
ཀྱང་། ནོར་དེ་ལོགས་པར་འབྱུབ་པར་གདའོ།

ཚུང་པ་སོགས་རྒྱལ་པམ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་ཞེ་ན། གཞི་ཆེ་བའི་
རིགས་ཐག་ཚད་དཀའ་ཅམ་དང་། དེ་མིན་ཁ་སོ་དང་ངོ་སོ་མཐོ་བ་
ལྟར་དུ་འོང་སྐད་དོ།

ནོར་ལྷ་ནི། རྟ་ལྷག་འབྲུག་རྒྱལ་ལོ་བར་གཞི་ཆེ་ཅམ་དང་དེ་
མིན་ཟླ་བ་ཐིམ་བུ་བཞིན་ལྟར་དུངས་ཀྱི་ངོ་དང་། ནོར་ལ་དཔལ་
ཚུའམ་ཚུ་སེར་གྱི་རིགས་སྒོ་དང་མཁལ་ནད་སོགས་གཉན་སྒྲིང་བུ་བ་
དང་བན་བས་ཆག་སོགས་ཀྱི་ངོ་ཆེ། ལྷག་དོར་དང་ལྷུང་ཁའི་དབང་
ལྷས། བཅུ་ཕྱེ་ལྷ། རྒྱང་བསྐྱེད་འཕྱུགས།

སོགས་ལྷ་ནི། ཆོས་སྤྱོད་ལྷགས་ཀྱི་སྤོང་པོ་ལ་ཉེར་འཆེའི་སྤྱོད་ལྷ་མི་
ཆོད་པས་བཟང་དོ།

གདོན་ལྷ་ནི། ཉི་མ་རུབ་ཕྱོགས་ནས་འབྱུལ་ཇེས་སམ། རྩོང་
གནད་ཆེ་བའི་རིགས་ལས་ཇེས་སུ་འབྱངས་པའི་རྒྱལ་པོ་དང་གསོན་
འབྲེས་གནོད་པའམ་ཚུ་མིག་སོགས་ས་གཉན་པོར་སོག་ལྷག་སོང་བའི་
ཁྱེན་གྱིས་ལྷ་གདོན་དང་ས་བདག་གི་གདོན་དང་། ལྷ་ལྷུང་གྱི་ངོ་

ཡང་ཆེ་བས། རྒྱལ་མདོས། ཆ་གསུམ། ལྷ་འབུམ། ལྷའི་དཔང་
སྒོང་། ལྷ་དང་ས་བདག་གི་གདོན་གྱིས། ལྷ་གཏོར། རྩད་གྱིས།
ལྷས་དག་ཡིད་གསུམ་བཅེངས་པ་ལས་གྱིས་བའི་གཟུངས་གང་མང་།
སྒོང་པོ་བརྒྱན་པའི་མདོ། ལྷ་དག་གི་སྒོ་ནས་གནས་ཁང་དང་བཅས་
པར་བྱས་གྱིས།

སྒྲན་པ་ཡེ་འཕྱོད་ཅེན། སྒྲན་པ་བཞེན་པ་ཅམ་བྱིས་པན་ངོ་
ཐོན་པ་ཡོང་བས་བཟང་ངོ་།

སྒྲན་དང་དཔུང་འདི་འདྲ་བ་ཡེ་འཕྱོད་ཅེན། སྒྲན་པའི་རག་
བཞིན་བྱས་ན་ལེགས། འོན་ཀྱང་ལྷ་གཏོར་དང་ཆ་གསུམ་ཐོངས།

སྤྲི་ལྷ་ནི། སྤྲི་པ་མ་ཐོན། ཉེན་འགངས་ཆེར་མཆོད་པ་དང་
བསྐྱར་བ་བྱས་ན། སྤྲི་གཡང་ལའོར་བས་བྱིས་པ་ལྷུང་དུ་བཅའ་སྤྲེ་
བཟང་ངོ་།

དག་ལྷ་ནི། དག་ངོ་མེད་ཅིང་མགོན་སྐྱབས་རྣམས་མཛད་པས་
བཟང་ངོ་།

མགོན་པོ་ཡེ་སྤེལ་ཅེན། མགོན་པོ་ལྷུང་དུ་སྤེལ་པའི་ངོ། འོན་
ཀྱང་གཏམ་རལ་ནམ་གྱིད་དང་ཁ་སྐྱས་ཅུང་ཟད་དང་བཅས་ཉེ་འོང་
པར་གདུལ།

ཆོང་ལྷ་ནི། ཁེ་སྤྲོགས་ཆེ་ཞིང་ལམ་དུ་རྒྱག་པར་གདའ་བས་
ལྷུང་དུ་བཅོཅ་ན་ལེགས།

ལམ་ལྷ་ནི། གོང་ཁའི་ངོ་ཅུང་ཟད་མཐོང་། དེ་མིན་བགོད་

བདེ་བར་མཆིས་ཏེ་བཟང་།

བར་སྟོར་ཡེ་ཆེད་ཅེ་ན། ཤར་སྟོགས་སུ་བཅུ་ལ་ན་ཆེད་ངོ་ཆེ།
འོན་ཀྱང་ཁ་མཆུ་འི་ངོ་ཆེ་བས་གདུགས་དཀར་ཐོན།

ཤོ་མིག་བཟུག་ཏེ་བར་བབས་ན། ལར་མོ་འདི་ཤིན་ཏུ་ངན། དམ་
པའི་ཆོས་ལྷུ་འཕ་གཞི་མོ་ནི། སྤུ་ཤིང་ཅེར་རྩུང་བའམ། ཡང་ན་
སྤང་ཆུ་ཆག་གམ་འགྲེལ། ལྷས་ངན་མཐོང་ངམ་འབྱུང་ཉེན་ཡོད།
ཁས་ལན་ཆག་གམ་ལྟ་མ་དགའ། ཞེས་ན་མ་སྤྱགས་ལུ་ལ་འཕོ་འཆུག་
འབྱུང་བའམ། ཤེ་ཆད་ཀྱི་སྟོང་པ་གང་རིགས་འབྱུང་ངོ་ཆེ། འཕྲུལ་
དུ་ལྟ་མ་དགའ་བའི་ཆེན་གྱིས་ལའོན་འཛིན་དང་ནང་དམེ་ཡོང་ཉེན་
ཡོད་པས། རིམ་གྱོ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་སྟོགས། དགེ་འདུན་ལ་བསྟེན་
བཀྱུར་དང་མཆོད་མེ་མཆོན་འབར་སྟོར། འཇིགས་བྱེད་དང་གསང་
བའདུས་པའི་ཆོ་ག་དུག་རྒྱ་མ་དང་གདུགས་དཀར་སྟགས་ཀྱི་བསྟོན་
བསྟུར་རིགས་དང་། ལས་བཞིའི་སྤྱོད་སྟེག་སྤྱང་དག་སྤྱང་སྟོན་སྟགས་
ལ་འབད་པ་གལ་ཆེ།

བྱིམ་ལྷ་ནི། ནང་མི་མཐུན་ཁིང་ལེ་ལན་གང་འབས་དུས་
འདའ་བར་མཆིས། སྟོ་བུར་ཀྱི་བྱེད་དང་ངས་དང་ན་ཆའི་ངོ་ཆེ།
ནོར་ཇས་དང་སྤིང་ཀྱི་བང་མཛོད་ཞིག་པས་སྟོན་བསྟེན་སྤྱང་མགསོལ།
མཆོད་ཉེན་ལ་རབ་གནས་བསྟུར། བུམ་གཏིར་མཛོད་དུ་སྟོགས། རྣམ་
སྟེན་ཀྱི་བསྐྱང་བ་དང་ནོར་རྣམས་འོད། གཡང་འགྲུགས་དང་སྟོན་
ཤེར་བཅས་བསྟུབ།

ཁང་པ་འཕམ་ཡུལ་སུམ་ཞི་འཕྲོད་ཅེ་ན། ཁང་པ་འཕམ་ཏུ་འཕྲོད་
ངོ་ཆེ་ཡང་ཕྱགས་ཤིས་པ་རང་མི་ཡོང་། མཆོར་སར་བཞགས་འཕྱུང་
ཅུང་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་ཆགས་པ་བཏང་ནས་བཟང་ཀྱང་འབྱས།

གྲོགས་ལྷ་ནི། འཕམ་ཏུ་ངན་ཡང་ཕྱགས་སྒྲོན་མེད་ཅུ།

ནོར་ལྷ་ནི། སྒྲིང་ནོར་ཕྱིར་འཆོར་བའི་ངོ། བོར་སྒྲོར་དང་
ཕྱགས་ལ་གོད་ཁ་འབྱུང་བའི་ངོ། རྒྱུ་སྒྲིལ་གྱི་བསྐྱང་བ། ནོར་རྒྱུན་
མའི་གཟུངས། ནོར་བུ་བཟང་པོའི་གཟུངས་ཀྱི་ཆོད། རྩྭ་ལའི་ནོར་
རྒྱབ་དང་གཡང་འགྲགས་བཅས་བསྒྲུབ།

དོན་ལྷ་ནི། འཇའ་ཆོན་གྱི་རྩེས་སྒྲུ་སྒྲིགས་པ་དང་འདྲ་སྒྲེལ་
ལ་བཞགས་པ་དོན་མེད་ངལ་བའི་རྒྱར་བཟད་དོ། དོན་རྒྱུང་ཏུ་འབྱུང་བའི་ས་
རིགས་ཡིན་ཀྱང་ཕྱིད་ལ་གྱི་ངོ་ཆེ་ལོ།

ཁ་མཆུ་སྐགས་རྒྱལ་པམ་རི་རྩར་འབྱུང་ཞེ་ན། བསྒྲོན་པར་
འཇུགས་རིགས་འབྲིང་ཅུ། དེ་མིན་ཉེས་པའི་ཁ་ཕྱོགས་མི་ཁ་དང་གྲིང་
ངན་རི་འཕེལ་ཏུ་འགྲོ་བའི་ངོ། བརྒྱད་སྒྲིང་པ། གཟུངས་བསྒྲུས་
ཐོན། ཁ་མཆུ་ནག་པོ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་གཟུངས་གང་མང།
གཏུགས་དཀར་བསྒྲིག་བསྒྲུར་བྱ།

ནད་ལྷ་ནི། སྒྲིར་ནད་ལས་ཐར་དཀར་བའམ་རེ་ཞིག་དྲག་
དཀར་བའི་ངོ། ལྷ་པར་སྒྲེལ་ལོ་བདད་བྱ་ལོ་བར་ངན། ནད་ལ་
དམར་རིགས་གྱི་ཟས་ཟོས་པ་དང་རིག་པའི་སྒྲོན་གྱིས་གྲིབ་ངོ་དང་ཟས་
དྲག་གི་རིགས་དང་མགོ་དང་རོ་སྒྲོད་ན་བཤམ་ལྷན་ནང་ནས་ཁྲག་འབྱུང་

འཕམ་དུ་མི་ཆེན་ཡང་ནན་གྱིས་བསྐྱོན་ན་འཕྲོད་པོ་ཅམ། མཐོང་བའི་
མདོ་ཆོག་འདོན།

སྤྲུལ་ནི། སྤྲིལ་མཆོ་མ་སྐམ་ཞིང་སྤྲུག་ཕུགས་སུ་བཞུགས་
པས་རན་སྐད་དོ། ། བུ་མོ་མ་གཏོགས་བུ་མི་འབྱུང་།

དཔལ་ལྷན་ནི། སྤྲུག་ཏུ་དཔས་སྤྲིང་ཕུགས་འོས་མེད་ནས་སྤྲིང་རྒྱ་
བའི་དཔལ་ལྷན་བའི་དོ། དཔལ་བྱུང་། དཔལ་སྤྲིན་མནན་པ། རྒྱལ་
མཆན་ཅེ་མའི་དབྱང་རྒྱན་གང་མང། ལྟ་སྤྲང་གསོལ། དཔལ་ལྟ་
དཔང་བསྟོད་སྐུ་སྤྲུག་བསྐྱུ་བ།

མགྲོན་པོ་ཡེ་ཡང་ཞེ་ན། མེས་པ་འགྲོད་ཆེ་བ་དང་བཅས་ལྷུང་
དུ་སྤྲེབ་པའམ། ཡང་ན་རེ་ཞིག་སྤྲེད་པ་ཆེ།

ཆོང་ལྷན་ནི། ཤམར་རིགས་ཡིན་ན་ལྷུང་དུ་ཆོང་བྱས་ན་བཟང་།
དེ་མིན་ཁེ་སྤྲོགས་ཁ་སོ་ཆེ་ཡང་རྒྱུ་ལྷན་བདང་འདྲ་སྐད་དོ། །

ལམ་ལྷན་ནི། དཔལ་དོད་དང་རྒྱན་མའི་དོ། ལྟ་འཆི་སྐྱེ་ཆོག་པས་
འཐེན་པ་བཟང་།

བོར་སྤྲོད་ཡེ་རྟེན་ཅེ་ན། བར་མིས་བརྒྱས་པའམ་ཐག་མི་རིང་
བཞིག་གིས་བརྒྱས། ཐབས་གྱིས་བཀྲུག་ན་རྟེན་པོ་ཅམ། དེ་མིན་
རྟེན་དཀའ་བར་ཤར། སྤྲར་ཡང་བོར་སྤྲོད་གྱི་དོ་ཆེ།

ཤོ་མིག་བརྒྱ་གཞུག་བོར་བབས་ན། ལར་མོ་འདི་བཟང་བར་མཆིས།
དམ་པའི་ཆོས་ལྷན་ལམ་གཞི་མོ་ནི། དཔལ་ལྷན་ལྟ་མའི་ལྟེ་བ་ལ། ལྟ་
ན་མས་རྒྱན་གྱིས་རྫོང་བཅས་དེ། ལྟ་མིན་ན་མས་གྱི་གཡུ་པ་དོ་པམ།

ལྷན་མས་ཀྱི་ཆོ་མོ་འདི་བབས། ཞེས་སྒྱུར་བཟང་། བྱད་པར་སྒྲ་
ཆེན་ཀྱི་པོ་སྐོས་ཀྱི་བསྟན་སྲིད་འབྲེལ་ཕྱགས་སུ་ཀྱས་པའི་ངོ་
པལ་བཤེན་དུ་དམན་པར་མོ་བཟང་བས་ཐེག་དཀའ་ཅམ།

ཁྱིམ་ལྷ་ནི་ཆོ་རིང་ཞིང་སྒྱིད། མི་ནོར་ཟས་གསུམ་འཕེལ།
འདོད་དགུད་བར་དུ་འདུ་བས་བཟང་ངོ་།

ཁང་པ་འཇུག་པ་སུ་ཡི་འཕྲོད་ཅེན། ཁང་པར་བདེ་སྒྱིད་ཀྱི་ནི་
མ་ཤར། ལམོད་གྲགས་ཡང་དུ་ཕྱག་པས་བྱིན་ཆགས་བཀྲ་ཤིས་ལྷན་གྱིས་
གྲུབ་པའི་ཞལ་དྲོ་ཞེས་པས་བཟང་། མཆོར་སར་རྟ་ནོར་ཕྱག་གསུམ་
འཕེལ་བས་བཟང་།

གྲོགས་ལྷ་ནི། ཀྱ་མཆོའི་གཏིང་ནས་ནོར་བྱ་ལོན། ཞེས་ཐག་
རིང་མོས་མེད་ནས་གྲོགས་ངོ་ཆེ་བ་ཤར་བས་བཟང་ངོ་།

ནོར་ལྷ་ནི། ས་གཞི་ནོར་དང་མི་ཡིས་ཁེངས། ཐེག་པ་
བསགས་པས་ཀྱ་མཆོར་འགྲོ། ཞེས་སྒྱུར་བཟང་། བྱད་པར་འབྲུད་ང་
གསེར་དུལ་འཕེལ་ཆེ། རྟ་ནོར་སྐོས་སྒྲོག་ཆགས་རིགས་ལ་འཕེལ་
འཁྱིལ་ཅུང་ཟད་འབྲུང་བས་ལྷ་སྤྱང་གསོལ། གཡང་འགྲགས། རྟ་
ནོར་གྱི་གཟུངས་ཐོན།

དོན་ལྷ་ནི། ཅི་བསམ་ལྷུང་དུ་གེགས་མེད་འབྲུབ་པའི་སྤྱོད་
གྲོགས་ལྷས་མཛད་དེ་བཟང་ངོ་།

ཁ་མཆུ་སྐོས་ཀྱི་པ་པམ་ཐི་ལྷུང་འབྲུང་ཅེན། གཞི་ལྷ་ཞིང་མི་
ཁའི་ངོ་ཆེ་བས་སྤང་མའི་འཕྲིན་བཅོལ་དང་བརྒྱ་བཞི་བཅས་བསྐྱབས་

ནག་ཉམ་དོན་ངོས་ཆེ་བཤིང་།།

ནད་ལྷ་ནི། རྩོན་ཤིང་བཟུང་དང་འཕྲད། གཡུའི་ཡམ་
འདབ་རྒྱལ། གསེར་གྱི་མེ་ཉོག་བཟུ་ཉེ་ལྷུང་དུ་ནད་ལས་སྒྲིལ་བར་
གདལ། ནད་ལ་མཁྱིས་པ་དང་། ཚད་རིམས་བཅུ་བཅས་ཆག་ཆས་
འགམས་སོགས་ཀྱི་ངོ་ཡང་ལྷུང་དུ་སྒྲིལ་སྐད་དོ།།

སྒྲིལ་ལྷ་ནི། ཆེའི་བུམ་པ་ལ་དཔལ་གྱི་ཉི་ལྷས་མཛེས། སྒྲིལ་
བཅུད་དུངས་མས་ཁེངས་ཁེས་ཉེ་ཤིན་ཏུ་བཟང་དོ།།

གདོན་ལྷ་ནི། ལྷ་སྤང་གསར་རྟིང་འཁོན་པའམ། དགོན་
རྟིང་གི་ཀ་ཅའི་རྩེས་སུ་འབྲངས་པའི་རྒྱལ་པོ་དང་། འགོང་པོ་དང་།
གཞན་ཡང་པ་མེས་ནས་འགོ་བའི་བཅན་གྱིས་གདོན། བྱད་སྤང་གྱི་ངོ་
ཅུང་ཡོད་པས་ལྷ་སྤང་གསེལ་མཆོད། བཟུད་སྤང་པ། གསེར་འོད།
ཤུ་ལྷ། བཟུ་བཞི། རྒྱལ་མདོས། བཅན་གསེལ། ཆག་སྤུམ། བྱད་
སྒྲིལ། བཟློག་བཟུང་གྱི་རིགས་ལ་འབད།

སྤང་པ་ཡི་འཕྲོད་ཅེ་ན། ལྷུང་དུ་བཟུང་དང་ཤིན་ཏུ་འཕྲོད་
པའི་དོ།།

སྤང་དང་དབྱད་འདི་འདྲ་བ་བྱས་ན་ཡི་འཕྲོད་ཅེ་ན། སྤང་
པའི་ངག་བཞིན་བྱས་ན་འཕྲལ་ཕྱགས་གཉིས་ཀར་བཟང་དོ་ཆེ། རིམ་
སྒྲིལ་གཉོན་དང་ཆབ་གཉོན་ཐོངས།

སྒྲིལ་ལྷ་ནི། ལྷ་སྤང་བཟང་པོས་སྤོང་སྒྲིགས་མཛད་པས་སྒྲིལ་
དུ་འབྱུང་ཉེ་བཟང་དོ།།

དག་ལྟ་ནི། ཚུར་ཚོལ་གྱི་དག་ངོ་མེད་ཅིང་ལྟ་ངོ་མཚོ་བས་སྤང་
བའི་དག་པོ་བྱུང་། དཔལ་པོའི་དར་འཕྱར་ཞེས་བཟང་ངོ་།

མགོན་པོ་ཨེ་ཡོང་ཞེ་ན། མགོན་པོ་གཏམ་སྟན་དང་བཅས་
ལྟར་དུ་སྒྲིབ་པས་གདན་འདིང་གཡོས་སྒྱུར་ལ་ལྟར་དུ་བཅོན་པར་གྱིས་
སྐད་དོ།

ཚོང་ལྟ་ནི། ཁེ་སྤྱོད་ལས་འབྱུང་ཞིང་རྒྱལ་ཁ་འཕོབ་པས་ལྟར་དུ་
བྱས་ན་བཟང་ངོ་།

ལམ་ལྟ་ནི། བཤོད་བདེ་བཞེགས་ངོ་མེད་ཅིང་ཅི་བས་མ་ལྟར་
དུ་འགྲུབ་པའི་ངོ་ཆེ་བས་བཟང་ངོ་།

བོར་སྟར་ཨེ་རྟེན་ཅེ་ན། ལྟར་དུ་ཤར་སྟེ་སྤྱོད་ལས་ནས་རྟེན་
པའམ། ཡང་ན་བཅའ་མི་དགོས་པར་ལྟ་དུ་འབྱོར་གྱུང་སྟེ། དེ་
མིན་འགྲུངས་ན་རྟེན་དགའོ།

རྟེ་མིག་བརྩ་བཞི་བར་བབས་ན། ལར་མོ་འདི་འབྲིང་སྤྱད་ཅམ།
དམ་པའི་ཆོས་ལྟུང་མག་ཁྱིམ་ནི། སྤྲུལ་དཔོན་པོ་ཞང་པོ་གྲུན། ཉི་མ་
སྟོ་བྱར་གཟའ་ཡིས་ཟིན། གསོས་པར་འཕྱར་མེད་ལྟ་རན་རྒྱ། མོ་
རན་ཡལ་ཆེར་གཁིལ་ལ། བབས་ན་མི་ནོར་ཟས་གསུམ་གྲུན། རྒྱུ་
གཉེར་མམཐའ་ནས་འཛད། ཅེས་རང་གི་སྤྲུལ་དང་ཞང་པོའི་སྤྱོད་ལས་
ལང་ན་ཞིང་ལྷགས་ལྟ་མཐོལ་བས་བྱ་བ་ལམ་དུ་མི་རྒྱལ་ཅིང་བསགས་
པའི་རྒྱ་ནོར་རིམ་བཞིན་འཛད་པའི་ངོ་། ལྟ་སྤང་གི་བསྐྱང་བཤགས་
རྟེན་ལ་མཚོད་འབྲུལ། བྱས་གསོལ་རབ་གནས་བསྐྱར། ཞི་རྒྱས་གྱི་

ཕྱིན་ཐོག་བཅས་བསྐྱབ།

ཁྱིམ་ཕྱོ་ནི། བཟའ་ཚང་ལ་ཁོ་ན་འཛིན་དང་བྱེས་ཐུང་གི་ངོ་མེད་
བོད་སྟོར་དང་ཐུགས་ལ་གོད་ཁའི་ངོ་མེད་ཅིང་བན་པས་རྒྱས་འབྱིང་
བསྐྱས་གསུམ། གྲོག་གསེར་གསུམ། སལ་ཆེན། གཞུང་ས་བསྐྱས།
གདུགས་དཀར། རྫོལ་མ། འོར་ལུག་གི་གཞུང་ས་བཅས་བསྐྱབ།

ཁང་པ་འཕུལ་ས་ཡེ་འཕྲོད་ཅེན། ཁང་པ་དེར་ཁ་རྒྱེ་འཕེལ་
རྒྱས་ཆེ་བ་མི་འབྱུང་ཡང་། ཏ་ཅང་མི་བན་པས་བཏང་སྟོམས།
མཆོར་སར་བོར་སྟོར་དང་གོད་ཁ་ཕྱན་ཆོག་ས་གི་ངོ་ཚམ་ལས་བགེགས་
འཚུབ་ཆེ་བ་མེད།

གྲོགས་ཕྱོ་ནི། གྲོགས་ཁ་ལ་ཡོད་པ་ཉེ་ཡིས་ལུས་ཏེ་གྲོགས་ངོ་
མེད་པ་མིན་ཀྱང་རེ་ཞིག་ལག་ཏུ་ཁེལ་དཀར་ཅམ།

འོར་ཕྱོ་ནི། གང་སྟོང་རེས་མོས་སུ་འབྱུང་བའི་ངོ། བྱི་ལུས་
མ་ཁར་གྱི་སར་ཏ་ཅང་མི་བན་ཡང་ནང་ཟས་འོར་གྱི་སར་གཡང་ཉམས་
པས་བརྒྱད་སྟོང་པ། གཞུང་ས་བསྐྱས། རྫོལ་མ་དཀར་པོའི་སྟོན་ས་
མཛོད་དུ་བུམ་གཏེར་སྐྱས། འོར་སྐྱབ་གྱི་རིགས་དང་ནམ་སྐྱས་གྱི་
བསྐྱང་བ། གཡང་སྐྱབས། འོར་ཕྱོགས་སུང་ཁིང་སྟེལ་བའི་གཞུང་ས་
གང་མང། ལན་ཆགས་གཏོར་མ་བཅས་བསྐྱབ།

དོན་ཕྱོ་ནི། དོན་རྒྱུང་དུའི་རིགས་སྟོགས་ཅམ་འབྱུང་ངོ་མེད་
ཀྱང་། དོན་ཆེ་བའི་རིགས་ལ་གཞན་གྱིས་སྐྱམ་བཅུག་པའི་སྟོན་གྱིས་
ལམ་དུ་འགྲོར་མི་སྟོར་བས་རེ་ཞིག་འཕེན་ནས་བྱིས་ངང་བསྐྱངས་པས་

བཟང་།

ཁམ་ཆུ་སྟོན་སྐུ་ལ་ཕམ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་ཞེ་ན། དུགས་སྟེབ་ཆེ་
བསམ་མཐའ་གཙོ་དཀར་ཡང་རྒྱལ་ཁའོན་པའི་ངོ་ཙམ།

ནད་ལྷ་ནི། ནད་ངོ་ཆེ་ཞིང་སྟོན་པ་ཡུན་རིང་བཞེན་དགོས་
པའི་ངོ་། ལྷ་པར་གདོན་ནད་གཙོ་ཆེ་ཞིང་ཁྱག་དང་སྟུག་པོ་སྤང་
ཐབས་གཟེར་བྱང་གི་རིགས་འབྱུང་ངོ་ཆེ། སྟོན་ཤེར་གདུགས་དཀར་
ནམ་སྟེ་གང་རིགས་ཀྱི་བྱམས་ཁྲུ་མ། ཆེ་རྒྱུ་དབང་ཁྲུ་མ། བརྒྱ་བཞི་
ཤེར་སྟེང་བདུད་བརྒྱུ་ཆ་གསུམ་བཅས་བརྒྱ་བ།

སྟོན་ལྷ་ནི། སྟོན་ལྷ་འབྲིང་ཙམ་དང་ཆེ་བཞིང་བའི་ཐབས་ལ་
འབད་པ་གལ་ཆེ་བས། ཆེ་སྟུབ། ཆེ་དབང་ཁྲུ་མ། ཆེ་དཔག་མེད་
དང་སྟོན་དཀར་གྱི་སྟུབ་ཞེས་པ། གཙུག་ཏྲར་ནམ་རྒྱལ་མའི་གཟུངས་
ནམ་རྒྱལ་མའི་སྟེང་མཆོད་འབུལ་བ་བཅས་བརྒྱ་བ།

གདོན་ལྷ་ནི། ཉི་མ་ལྟ་སྟུགས་ནས་རྒྱལ་པོ་འདྲེ་མོ་གསལ་
མཆོད་བྱས་པའམ་བྱེད་པའི་མི་ཞིག་གི་རྩེས་སུ་འབྱུང་བའམ། རྩེས་སུ་
འབྱུངས་པའི་ཟས་ལ་འབྲིས་ནས་འོངས་པས་གདོན་ད། གཞན་ཡང་ལྟ་
མོར་དམ་ཉམས་ཀྱི་གྲིབ་པོ་ག་ཅིང་། ལྟ་སྟུང་བཅན་པོ་མཛོལ་བས་
དེའི་བཞགས་པ་ཡིག་བརྒྱ་གང་མང་། དམ་ཆོག་རྩི་རྩེ་བརྒྱས་པ།
ཁྲུ་གསལ་། ལྟ་བསང་། རྒྱལ་མཛོད་ས། རྒྱལ་གསལ་། ཉི་མ་གྲིབ་
དང་སྟུག་རྩི་དབང་ཁྲུ་མ། སྤར་ཁའི་བཅོས་ཁགྲིས།

སྟོན་པ་མེ་འཕྲོད་ཅེ་ན། རེ་ཞིག་ཕན་ངོ་རྒྱུང་བས་སྟོན་པ་

བཟང་།

སྒྲུབ་དང་དཔྱད་འདི་འདྲ་བ་ཡི་འཕྲོད་ཅེ་ན། སྒྲུབ་དང་
གཏུར་བསྐྱེགས་ཀྱི་རིགས་འབྲིང་ཙམ། སྒྲུབ་གཏོར་བ་བཤེས་ན་
ལྷགས།

སྒྲིམ་ནི། སྒྲིམ་གསལ་མ་སྒྲམ་ཡང་བསྐྱེགས་དབང་གིས་འབྱུང་
དཀའ་བས་ལྟ་སྒྲུབ་མཆོད། རྟེན་འགངས་ཆེར་མཆོད་འབྲུལ་ཕྱག་
དང་བསྐྱོར་བ་བྱས་ཏེ་གསོལ་བ་ཐོབ། སྒྲིམ་ཐེལ་གྱི་རིགས་དང་སོ་
སོར་འབྲང་མའི་སྒྲུབ་འཁོར་ཐོགས། སྒྲིམ་མ་འབྲུལ་ཐེལ། རོན་
ཞགས་གཟུངས་གང་མང་། གཏུགས་དཀར་སྒྲོང་ཆར་བསྐྱབ།

དཔྱ་སྒྲུབ་ནི། སྒྲུབ་དང་མ་དང་ཁུར་ཤོག་སྒྲུར་དུ་འབྱུང་བའི་
ངོ་ཡོད་པས་དཔྱ་ལྟ་དཔར་བསྟོད། སྒྲུབ་བསྐྱེད་ཅོད་པ་ན་འཇུགས།
ལྟ་སྒྲུབ་ལ་འཕྲིན་ལས་བཅོལ། ཏུག་ཏུ་མའི་གཏོར་བསྐྱོག་སྐྱེས་
བསྐྱོག་པའི་རིགས་ལ་བཙོན་པ་གལ་ཆེན།

མགྲོན་པོ་ཡེ་ཡོང་ཞེ་ན། གཞི་ལྷུ་ཞིང་ཕྱི་དལ་གྱི་ངོ་ཆེ།

ཆོང་སྒྲུབ་ནི། གསེར་དང་ཐོང་བ་བརྩེ། འབྲུའི་སྒྲུབ་མ་ཉི་ཞེས་
ཏིང་ན་ནོ།

ལམ་སྒྲུབ་ནི། ཀྱུན་མ་དང་གཅན་གཟན་གྱི་ངོ་ཆེ། ཁ་བའམ་ཆུ་
སྐྱེས་ཀྱིས་ལམ་བཅད་པ་འམ། གཞན་དང་སྤྱིང་བཟོད་ཀྱིས་འགོར་
གཞི་ལྷུ་ཞིང་ལ་དུ་བཆེ་བར་མཆིས།

བོར་སྒྲུབ་ཡེ་རྟེད་ཅེ་ན། རྟོན་སྐྱེས་ཀྱི་རིགས་བོར་བ་ཡིན་

ན། ལུབ་དང་བྱང་གི་ཚུགས་སྤྱུ་བཅའ་ན་རྟེན་ངོ་མེད། དེ་མིན་རེ་ཞིག་
ཅད་ཆོད་པའི་ངོ་མེད་ཅིང་སྤྱད་སྤྱེད་གཞི་དང་བཅས་མཐའ་འདོན་
ཡང་གིན།

ཤོ་ཞིག་བཅོ་ལྔ་བར་བབས་ན། ལར་མོ་འདི་བཟང་བར་མཆིས།
དམ་པའི་ཆོས་ལྟུང་མ་གཞི་མོན། ཡིད་བཞིན་ནོར་བྱས་དགོས་འདོད་
ཀྱི། ཆར་བའ་བཅའ་ཤིང་བསམ་དོན་འགྲུབ། ལྷག་པར་ཞི་བའི་ལས་
བཅོལ་ཀྱང་། ཤིན་ཏུ་བཟང་ཞིང་འགྲོ་འཇུག་ཤོད། གཞི་མོན་དང་མོག་
ལ་ཡང་། རང་ལོ་གང་ཡིན་ཐམས་ཅད་དང་། དེ་ཡི་རིགས་མཐུན་
ཀྱང་ལ་བཟང་། ཞེས་སྤྱིར་བཟང་། བྱད་པར་ཞི་བ་དང་དགེ་བའི་
ལས་སྦྱབ་པར་བཟང་། དེ་ཡང་རང་གི་ལོ་རྒྱུས་དང་མཐུན་པའམ་
དེའི་རིགས་མཐུན་ཏེ་བྱིས་མཆོས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་པས་དོན་ཏུ་གཉེར་
བའམ་བསྦྱབས་ན་བཟང་ངོ་།

བྱིས་སྤྱོ་ནི། མི་ཁ་སྤྱིང་གཞི་སྤྱན་ཆོགས་འབྱུང་ངོ་ཡོད་ཀྱང་ཁ་
རྟེན་དང་དབང་ཐང་དར་བར་མཆིས་པས་བཟང་ངོ་།

ཁང་པའམ་ལྷུ་པ་ས་ཨེ་འཕྱོད་ཅེ་ན། ཁང་པ་ཤིན་ཏུ་འཕྱོད།
མཆོར་སར་ལྷུ་ལྷག་མོལ། བསང་དང་རྒྱགས་རྒྱུ་ཐོངས། དེ་ལྟར་
བྱས་ན་ཉེས་ངོ་མེད།

གྲོགས་སྤྱོ་ནི། གྲོགས་ངོ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་ཏ་ཅང་རམ་མི་ཆེ་བ་
མཛོད་སྤྲོད་དོ།

ནོར་སྤྱོ་ནི། རྩལ་མང་བཅོགས་པས་རི་བོ་དང་། ཐིགས་པ་

བསགས་པས་ཀྱི་མཆོད་ཀྱི། རྣམ་ཐུག་ལོངས་སྤྱོད་དང་གིས་འཕྲུང་བར་
གདའོ། འོན་ཀྱང་ཕྱགས་ལ་གོད་ཁའི་རོ་རྩུང་ཞིག་ཡོད་པས་རྣམ་
གཞུངས་དང་ལན་གཏོར་བོངས།

དོན་ལྡན་ནི། དགེ་ཞིང་ཤིས་པའི་ལས་ཡིན་ན་བསམ་བཞིན་
ལྟར་དུ་འབྱུང་། དེ་མིན་ཇི་བཞིན་འབྱུང་དགའ་བའམ་ལྟེ་དལ་གྱི་རོ་
དང་ཡང་ན་ཁ་སྐྱས་དང་བཅས་ཏེ་འབྱུང་། ཕྱགས་བཅུ་ལྟན་སེལ་དང་
བཀྲ་ཤིས་བཅེགས་པ་ཐོན། རྒྱལ་མགར་མང་བསྐྱབ།

ཁ་མཆུ་རྒྱལ་པམ་ཇི་ལྟར་འཕྲུང་ཞེ་ན། ཕྱགས་བཅུན་ཅིང་
བཟང་བའི་རོ་ཆེ་ཡང་འཕྲུལ་དུ་ཤོར་གོད་སྐགས་གཞི་ཆེ་ཅམ་ནས་
སེམས་ངལ་ཆེ་བར་མཆིས།

ནད་ལྡན་ནི། ནད་གཞི་མེད་ཅིང་རིམ་དུ་ངས་གྱི་རོ། ནད་ལར་
ཤད་པས་ཤུགས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ན་བའི་རོ། དེ་མིན་མ་འཇུག་དང་
སྐྱེན་གྲང་བའི་ནད་གྱི་རོ་ཆེ་བས་བརྒྱད་སྟོང་པ། ལྷ་ལྷ། གཞིང་
འོད། རྒྱལ་ཤེར། ཆགས་ལྷ། རྒྱང་བསྐྱེད་ཅོད་པན་འཇུགས། ས་
རྒྱལ་གྲངས་ཐོབ།

སྐྱག་ལྡན་ནི། ནད་པ་ཡིན་ན་ཆེ་རྒྱུ་བཅོད་བར་ཁྱེད་པ། ཆོས་ར་
བཅས་བསྐྱབས་ན་ཉེས་རོ་མེད་ཅམ། དེ་མིན་སྐྱག་ལྡན་བཅུན་ཅིང་
བཟང་རོ།

གདོན་ལྡན་ནི། བཅན་དང་མེད་རང་ལྷ་གཏན་གཏོད་པས་
མཆོན་བརྗོད། གཞུངས་བསྐྱས། བཅན་གསོལ། ཆགས་ལྷ། ལྷའི་

གདོན་གྱིས། ལྷ་བསང་བཅས་བསྐྱབ།

སྒྲ་པ་ཡེ་འཕྲོད་ཅེ་ན། སྒྲ་པོར་བདུད་རྩིས་ཁེངས་ཏེ་
འཕྲོད་ངོ་ཆེ་སྐད་དོ།

སྒྲ་དང་དབྱུང་འདི་འདྲ་བུས་ན་ཡེ་འཕྲོད་ཅེ་ན། གཏིང་
ཐོན་དཀའ་ན་འང་ཕན་ངོ་ཆེ་བ་འབྱུང་བར་གདའོ།

སྒྲ་ལྷོ་ནི། སྒྲི་སྒྲུང་ལྷས་མཛད་པས་ལྷ་སྒྲུང་མཛོད་ན་སྒྲི་འཕེལ་
བར་གདའོ།

དག་ལྷོ་ནི། དག་མགོ་སྒྲུག་བཀྲིས་བྱམ་པས་ཤིན་ཏུ་བཟང་།
མགོན་པོ་ཡེ་ཡོང་ཞེ་ན། ལྷར་དུ་འོང་བར་མཆིས། འོན་ཀྱང་
སྒྲིང་གཞི་ཕན་བྱའམ་སེམས་འགྲོད་དང་བཅས་ཏེ་མཆིས་སོ།

ཆོང་ལྷོ་ནི། ཆོང་རྒྱལ་ནོར་འཕེལ། ཐག་རིང་འགྲོད་གོས་པ་
ཡིན་ན་མཆོག་ཏུ་བཟང་ངོ།

ལམ་ལྷོ་ནི། བཤོད་བདེ་ངལ་བ་མེད་ཅིང་ཅི་བསམ་འགྲུབ་
བར་གདའོ།

བོར་སྒྲོར་ཡེ་རྟེན་ཅེ་ན། ཤར་དང་རྒྱབ་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་དོགས་
བཅུག་ན་རིང་པོར་མ་འགྲུངས་པར་ཅད་ཆོད་པའི་ངོ་འཇ། ཡང་ན་
བཅའ་མེད་གོས་པར་ལག་ཏུ་འཕྱོར་ཡང་སྲིད་སྐད་དོ།

ཤོ་ཤིག་བཟུ་རྒྱག་པར་བབས་ན། ལར་མོ་འདི་ཤིན་ཏུ་ངན་པར་
གདའ། དམ་པའི་ཆོས་སྒྲུའམ་གཞི་མོ་ནི། རླབ་ན་གཤོ་ཤར་བ་
འདྲ། ཞེས་སྒྲིར་བཏུན་སྲིད་ལར་རྒྱའི་རིགས་ལ་ཉམས་རྒྱད་ཆེ་བར་

ཡོད་པའི་ངོ་། གཞི་མོག་པ་ལ་ཡང་སྤྱད་ཕྱག་སྒྲིབ་གཤོང་ཆེ་ཞིང་ས
 བདག་ལྷ་གཉན་ཁྲོས་པས་མེ་ལ་ན་ཆ་དང་ཕྱག་ས་ལ་ཤི་ཆད་མང་དུ
 འབྱུང་། སྒྲུ་མ་དཔོན་པོའི་བཀའ་བཀྲོན་ན་མ་ཉེས་པའི་ཁ་གཡོག
 གི་ཤོར་གོད་ཆེ་བར་འབྱུང་བས། དེ་མ་གྱོར་རྒྱལ་བའི་བཀའ་རྒྱུགས།
 ལས་བཞིའི་སྤྱོད་སྟེག་རབ་གནས་བསྐྱར། རྒྱག་ཅུ་མའི་བསྐྱོག་
 བསྐྱར། ལྷ་དང་ས་བདག་གི་གདོན་ཤོལ། ལྷ་འབྲུམ། ལྷ་གཏོར།
 ལྷ་ལ་མཐས་དང་ཁང་བྱིས་ལ་རི་བྱས། བྱམ་གཏོར་འཛོག་པ་བཅས་
 བསྐྱབ།

བྱིས་ཕུ་ནི། ཁ་སྐྱས་དང་སྤྱིང་བཞོད་འབབ་མའི་ངོ་། བཟའ་
 ཆང་བྱེས་བྲལ་སྤོན་དུ་བྱུང་བའམ། དར་རྒྱད་འབྱུང་བའི་ངོ་། ལྷ་
 གཉན་ས་བདག་ཁྲོས་པས་ཆ་དང་སྒྲིབ་བསྟེན་ས་འབྱུང་ཞིང་བསགས་
 པའི་ཟས་ནོར་སྒོ་བྱར་དུ་འཛད་པའི་ངོ་འདུག་པས་རྒྱས་འབྱིང་བསྐྱས་
 གསུམ། གཏུགས་དཀར་སྤོང་ཆར། ནོར་རྒྱན་མའི་གཟུངས། ཉེས་
 པ་ཀྱན་མེལ་གང་མང། འཇིགས་བྱེད་དང་གསང་བ་འདུས་པའི་ཆོག་
 རྒྱུ་ཤེར་ལྷ་གཏོར། ལྷ་འི་དཔང་སྒྲིབ། གཏོར་མ་བརྒྱ་ཙ་བཅས་
 བསྐྱབ།

ཁང་པ་འཕམ་ལྷུ་ས་ཡེ་འཕྲོད་ཅེ་ན། ཁང་པ་དེ་འཕྲལ་དུ་
 འཕྲོད་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་ཕྱག་ས་མེ་རིང་བར་བགེགས་འཆུབ་ཆེ་བ་ཡོང་
 བས་སྒྲོས་པ་བཟང་། མཆོར་ས་ལྷུ་ལ་ལྟ་དང་ས་བདག་གིས་གནོད་
 པས་ལྷན་རིང་མ་བསྐྱད་པ་བཟང་།

ཤོགས་ཕུ་ནི། ཤོགས་འོ་ཅུང་ཡོད་ཀྱང་རྗེས་འབྲང་གིས་གནོད་
པའི་ངོ།

ནོར་ཕུ་ནི། ནོར་ལ་ཤིགོད་དང་ཐོར་སྟོར་དང་ཤོར་གོད་ཀྱི་ངོ་
ཡོད་པས་གཏུགས་དཀར། བརྒྱད་སྟོང་པ། གསེར་འོད། ནོར་
ཕུགས་སྤང་ཞིང་སྤེལ་བའི་གཟུངས་གང་མང། རྣམ་སྤྲུལ་གྱི་བསྐང་བ།
གཡལ་འགྲགས། ཉ་ནོར་གྱི་གཟུངས། ཞིབ་འཇིགས་སྤྱན་སྤྲེག་བཅས།

དོན་ཕུ་ནི། བསམ་པའི་དོན་མི་འགྲུབ་པར་མ་བསམ་པའི་
ཉེས་འཁྱོད་ཡོང་བའི་ངོ་སྟེ་ཤིན་ཏུ་ངན། འོན་ཀྱང་ཐོར་དང་མཐུ་
སྤྱབ་སོགས་མངོན་སྟོན་གྱི་ལས་བསྟུབ་པར་དག་ཞིང་བཟང་ངོ།།

ཁམ་ཆུ་སོགས་ཀྱིས་ཕམ་ངེ་ལྟར་འབྱུང་ཞེ་ན། ཕར་འཇུགས་
གྱི་རིགས་བཤེལ་བ་ལེགས། དེ་མིན་སྟོན་མགུལ་མདོས། གཏུགས་
དཀར་བརྒྱུ་ཆེན། ཤེར་སྟོང་བདུད་བརྒྱུ་སྤང་མའི་འཕྲིན་
བཅོལ་བཅས་གཏོས་ཆེ་བ་བསྟུབས་ན་ཉ་ཅང་ཉེས་ངོ་མ་མཆིས།

ནད་ཕུ་ནི། སྤྱིར་སྤྲེག་ལ་ཉེན་ཆ་ཆེ། ཉུང་པར་བྱ་ལོ་བ་དང་
ཕག་ལོ་བར་ངན། སྤྲེག་ལ་མ་སྟོན་ན་འང་ནད་གཞི་ཤིན་ཏུ་ཆེ། སྤྲེག་
སྤྱན་ཟས་སྤྱབ་སྤྲེན་དགོས་པའི་ངོ། ཤ་དམར་གྱི་སྤྲེན་དང་གཞན་
གྱིས་མནན་གཏད་བྱས་པའི་བྱད་ལྷུར་གྱི་གནོད་ངོ་དང་དེར་བརྟེན་
ཐན་ལྟས་སོགས་འབྱུང་། གཞན་ཡང་བད་ཀན། བཟིས་པ། ཆོད་
རིམས། གཟའ་ནད། མདང་སྤང་བ། གཟེར་བྲག་ཀུས་པ་སྐམ་
ཁོལ་བྱེད་པ། སྤྲེག་བཤེལ་བྱེད་པ་སོགས་འབྱུང་ཞིང་། རིམ་གྱོ་རྒྱས་

འབྲིང་བཟུས་གསུམ། ཀུན་རིག་དང་ཆོ་ཆོག་སྤྲང་ཆར། གདུགས་
 ཤེར་གང་མང། གཟུང་ཡུམ་འདོན། ཟུག་དོར་ཐུང་ཁ། ལྷ་དབང་
 རྒྱལ་པོ་སྐུ་སྤྱི་རྩེས་གནང་ཁྱེ། རྩལ་སྤྱུས་ཁྱེ། རྩང་བརྒྱད་
 དང་ལྷ་རི་དབང་སྤྱི་སྤྱི་གས། ལྷ་གཏོར་དང་འབྲུང་བཞི་ལན་གཏོར་
 ཐོངས། རྩད་ཕྱོད་ལྷ་དབང་སྤྱི་གཏོར་གསལ་འབད།

སྤྱི་གཏོར་ལྷ། ཆོ་སྤྱི་གཏོར་དགར་ལྷ་གཏོར། བར་ཆད་ལྷ་
 ཀུན་འཆོ་དོགས་ལོང། ཅེས་ཏེ་ཕ་མེས་དུར་སྤྱི་ལངས་པས་ཆོ་སྤྱི་
 སྐུ་སྤྱི་ལ་འབད་པ་གཏོར་ཆོ་བས་སྤྱི་དགར། རྩམ་རྒྱལ། ཆོ་དབུགས་
 མེད་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི་ཆོ་དུས་ཆོ་སྤྱི། ཆོ་མདོ། ཆོ་གཟུངས། གཟུག་ཏོར་
 རྩམ་རྒྱལ་མེད་གཟུངས། ཆོ་ཐར། ཆོ་དབང་ཁྱེ། ཆོ་དབུགས་མེད་
 གྱི་སྤྱི་བཞེངས། བད་པ་ཡིན་ན་འཆོ་བསྤྱི། ཆོ་འགྲུགས་མིང་བཟེ་
 ལུས་བཟུར། ལུས་ཆས་སྤྱི་དག་བཅས་བཟུར།

གདོན་ལྷ། གདོན་ལ་འདྲེ་ཐེའུ་རང་གསོན་འདྲེ་ཐེག་རིང་
 འགྲུལ་བའི་རྩེས་དང་ཀ་ཅའི་རྩེས་སྤྱི་འབྲང་བའི་རྒྱལ་པོ་དང་འཁོར་
 པོས་གཏོང། གཞན་ཡང་ཆུ་མིག་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི་གཏོར་སེར་སྤྱི་དུམ་བཟ།
 མེད་ཀྱིས་སྤྱི་གཏོར་ཤེར་བས་སྤྱི་དང་སེབ་གཏོར་སྤྱི་སྤྱི་གཏོང། ཁ་
 འབར་མའི་མདོས། དག་པ་གསེར་སྤྱི་མདོ་ཐེག་དང་ཉེས་པ་ཀུན་སེལ་
 བརྒྱ་བཞི། ལྷ་དཔྱད་སྤྱི། གཏོར་མ་བརྒྱ་ཅ། ཆུ་ཐེ་ལ། ལྷ་གཏོར་
 དང་ལྷ་བསང་བཟུར།

སྤྱི་གཏོར་ལྷ་འཁོར་ཅེན། སྤྱི་གཏོར་མེད་ལྷ་དཔྱད་དོན་མེད་དེ་

ཤིན་ཏུ་དཔེ།

སྐྱེད་དང་དཔྱད་འདི་འདྲ་བ་བྱས་ན་ཡི་འཕྲོད་ཅི་ན། ཉེས་གཤམ་ཆེ་བ་མེད་ཀྱང་ཕན་དོ་རྒྱུ་བས་རེ་ཞིག་འཐེན་ཅིང་སྤྲོད་བྱས་པ་རྒྱུ་དོ་མཐོ།

སྤྱི་ལྟ་ནི། སྤྱི་ཡི་ཚུ་མིག་སྐྱམ་པས་བྱིམ་ཐབ་གཞན་བརྟེན་པ་བཟང་སྐད་དོ།

དཔྱད་ལྟ་ནི། དཔྱད་པོ་ཡོད་ཀྱང་རྒྱུ་མི་ཚུ་གསལ་པའི་དོ། དམག་རྒྱུ་སྐྱེས་པར་རྟོག་བར་བཟང་དོ།

མགོན་པོ་ཡི་ཡོང་ཞེ་ན། ལྷུས་སེམས་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅི་རིགས་པ་དང་བཅས་ཏེ་མཆིས། ཐག་ཉེ་ཡིན་ན་ཡུན་རིང་མི་འགྲུངས་པར་སྤྱི་བ། ཐག་རིང་མགོན་པོ་ཞག་གསུམ་མ་འགྲུངས་པར་སྤྱི་བ་པའམ་གཏམ་གསལ་བ་ཞིག་རྒྱུ་དུ་ཐོས་པའི་དོ་ཆེ།

ཆོང་ལྟ་ནི། ཐག་ཉེ་ཆོང་ཡིན་ན་སྤྱོད་མེད་ཅམ། དེ་མིན་ཁེ་སྤྱོད་སེམས་ཆེ་ཞིང་བོར་སྤྱོད་དང་འོག་ཁལ་ལ་གོ་དོ་ཆེ་བས་མི་ལེགས།

ལམ་སྤྱི་ནི། རྒྱན་རྒྱུ་གཅན་གཅན་སྐྱེས་ཀྱིས་འཆོ་བའི་དོ། བྱ་བ་ལམ་དུ་མི་རྒྱུག་ཅིང་བཤོད་དཀའ་བ་དང་སེམས་པལ་གྱི་དོ་ཆེ། ཅིས་ཀྱང་འགོ་ན་དཔྱད་ཏེ་དཔང་བསྟོད། ལྟ་བས་དང་རྒྱགས་རེ། སྤྱང་མ་མཆོད། སྤྱང་བརྒྱད། དཔྱད་ཤིས་བཅེགས་པ། གཏུགས་དཀའ་སྤྱོད་ཆར་སྐྱེས་བསྐྱེད།

བོར་སྤྱོད་ཡི་རྟེན་ཅི་ན། མ་འགྲུངས་པར་ཤར་དང་བྱང་གི་

ཐོགས་སུ་བཅལ་ན་རྟེན་ངོ་ཆེ། དེ་མིན་དཀའ་བར་འདུག།

ཤོ་མིག་བརྩ་བཟུང་བར་བབས་ན། ལར་མོ་འདི་ཤིན་ཏུ་བབང་།
དམ་པའི་ཆོས་ལྷུང་མ་གཞི་མོ་ནི། འདི་བབས་མོ་འདི་ཀུན་ལ་
བབང་། ཀུན་ནས་བདེ་ཞིང་བསམ་དོན་འབྱུང་། ས་གཞིའི་དཀྱིལ་
ནས་དཔག་བསམ་འབྱུངས། འབྲས་བུ་སྒྲིན་པས་རེ་བསྐྱོང་། འཕྲལ་
ཕུགས་གང་གི་མོ་འདི་མཆོག་། ཅེས་ཏེ་འཕྲལ་ཕུགས་གཉིས་ཀར་
བབང་བར་གདའོ།

ཁྱིམ་ལྷ་ནི། འཕྲལ་བུ་སེམས་འགྱུང་དང་ཁ་སྐྱེས་ཀྱི་ངོ་ཅུང་
མཐོང་ཡང་ལྷ་སྤང་མཆོང་། སྒྲོལ་ཤེར་དང་གདུགས་དཀར་བཅས་
བསྐྱབས་ན་ལྷ་ར་བསད་བབང་བར་གདའོ།

ཁང་པ་འཕྲལ་སུ་ཡེ་འཕྱོད་ཅེ་ན། ཁང་པ་དེར་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་
པ་རྩོ་བཞད། ལྷ་གཡང་གི་ཐུལ་མངར་ཆགས་ཞེས་པས་བབང་།
མཆོར་ས་དེར་ཟས་ནོར་འཕེལ་ཞིང་སྤྱིད་པར་གདའོ།

ཀྱགས་ལྷ་ནི། མི་ཀྱགས་ལྷས་མཛད་པས་ཀྱགས་ངོ་ཡོད།

ནོར་ལྷ་ནི། ནོར་ལྷགས་ཁྱུང་བུའི་རིགས་ལ་གོད་ངོ་ཕྱན་ཅམ་
ཡོད་ཀྱང་ནོར་གཟུངས། ལྷ་གཏོར། ལན་གཏོར་བཅས་བསྐྱབས་ན་
སྒྲོབས་འགྱུར་ཡོངས་སྤྱོད་འཕེལ་བར་གདའོ།

དོན་ལྷ་ནི། བསམ་དོན་ལྷར་བསྐྱབས་ལེགས། འགྲངས་
ན་བཞེགས་ངོ་ཆེ། ལྷལ་མཆོན་ཅེ་མའི་དཔུང་ལྷན། བཟ་ཤིས་
བཅེགས་པའི་མདོ་གང་མང། ལྷ་སྤང་མཆོང་ཅིང་འཕྱིན་བཅོལ་

བཅས་བསྐྱབས་ན་མུར་དུ་འབྱུང་ངོ་ཆེ།

ཁ་མཆུ་སྟགས་ཀྱལ་པམ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་ཞེ་ན། ཀྱལ་ཁ་འཛོལ་
ཅིང་འཕྲུལ་ཕྱགས་གཉིས་ཀར་པན་སྒྲིབས་ཆེ་བ་ཡོང་བའི་ངོ་།

ནད་ལྷ་ནི། ནད་ལས་མུར་དུ་གྲོལ་གྱི་ངོ་དང་ནད་མཆུག་ཐོན་
པ་ཡོང་བར་གདའོ། ནད་ལ་དེམས་ནད་རྒྱང་ནད་ཆ་འབྱུང་སྟགས་གྱི་
ངོ་ཆེ། རྟོན་གཙོད་གང་མང། གདུགས་དཀར། གསེར་འོད། ཉི་
ཤི། འབྱུང་བཞི་གཏོར་མ། རྒྱང་བསྐྱེད་ཙོད་པན་འཕྱགས་པ་བཅས་
བསྐྱབ།

སྟག་ལྷ་ནི། ཆེད་ཀྱལ་ལྷ་རྒྱུང་ལ་རྟག་བརྟན་ཐིག་ལེས་སྐྱས་
ཞེས་པ་ཉེ་ཆེ་སྟག་བརྟན་པར་མཆིས་སོ།

གདོན་ལྷ་ནི། ལྷ་གཞན་དང་བཅན། ལྷ་ལྷ་སྟགས་གཞོད་
པའི་ངོ། དེ་ལ་ལྷ་གཏོར་དང་ལྷ་འབྱུང་། ལྷ་འོད་པང་སྟོང་། བཅན་
མདོས། ལྷ་ལྷ་རྒྱུང་བསང་གསེར་སྐྱེམས། ལན་ཆགས་གཏོར་མ་ཡང་
ཡང་ཐོངས།

སྐྱན་པ་ཡེ་འཕྲོད་ཅེ་ན། སྐྱན་པ་དེར་བསྐྱེན་པ་ཅན་གྱིས་ངོ་སོ་
ཐོན་པ་ཡོང་བར་འདུག་པས་མུར་དུ་བསྐྱེན་པ་ལེགས།

སྐྱན་དང་དབྱང་འདི་འདྲ་བ་ཡེ་འཕྲོད་ཅེ་ན། སྐྱན་པའི་ངག་
བཞིན་ཕྱས་ན་འཕྲུལ་ཕྱགས་གཉིས་ཀར་བཟང་བར་གདའོ།

སྒྲི་ལྷ་ནི། དཔག་བསམ་ལྡོན་ཤིང་ལགསེར་གྱི་སྒྲེ་མ་འབྱུངས་
ཞེས་པ་ཉེ་སྐྱང་མ་གསོལ་ཞིང་སོ་སོར་འབྱང་མའི་གཞུངས་བཏོན་ན།

སྤྱི་འཕེལ་བར་གནད།

དགལ་ལྷན་གྱི། དགའ་འཕྲིད་ཀྱིས། དཔལ་ལོ་རི་རབ་ཡུལ། རྩོམ་པའི་མཆོད་གསུམ་ཞེས་པ་ཉིད་གྲོ་མེད་ཅིང་བཟང་བར་གནད།

མཁོན་པོ་ཡེ་ཡོང་ཞེ་ན། ལྷུང་དུ་གཏམ་སྟན་དང་བཅས་ཏེ་འོང་བའི་ངོ་

ཆོང་ལྷན་གྱི། ལྷ་བཟང་པོས་གྲགས་མཛད་པས་ཆོང་རྒྱལ།
ཐག་རིང་འགྲོད་གོས་པ་ཡིན་ན་ལམ་བདེ་བར་མཆིས།

ལམ་ལྷན་གྱི། དགལ་རྒྱལ་གྱི་འཆོལ་མེད་ཅིང་ཅི་བསམ་འགྲུབ་པའི་ངོ་

བོར་སྟོར་ཡེ་ཉིད་ཅེ་ན། གསེར་དབུལ་སྐྱེས་ནོར་བོར་གྱི་
རིགས་ཡིན་ན་ནང་གི་མི་འོས་མེད་གཅིག་གིས་བརྒྱས་པའི་ངོ་
བཅས་མི་དགོས་པར་ལག་དུ་འབྱོར་བའམ། ཡང་ན་རྟེན་དཀར་བའི་
ངོ་ ཉ་ནོར་སྐྱེས་བོར་བ་ཡིན་ན་ཐག་མི་རིང་བ་ནས་ཅད་ཆོད་པའི་
ངོ་

རྩོམ་གཞི་བཅོ་བརྒྱད་བར་བབས་ན། ལར་མོ་འདི་འབྲིང་སྟོང་ཙམ་
ཡིན། དཔལ་ལོ་རི་རབ་ལྷན་གཉིས་ཀྱི། དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོས་བདག་
ཅག་ལ། དངོས་གྲུབ་སྟོང་ཞིང་བར་ཆད་མེས། བསམ་དོན་འགྲུབ་
ཅིང་དགོས་འདོད་འབྱུང་། དགེ་ལྡན་གྱི་འབྱུང་མོ་འདི་ནི།
བཟང་པོ་གྱུན་གྱི་མཆོག་ཅུང་པ། འཕྲུལ་དུ་རྒྱུ་ཡང་སྐྱེས་ཏེ་
ཐུགས་ཀྱིས་པ་ཉིད་བསྟན་མིད་ལར་གྱུ་རི་རིགས་ཆེན་པོ་དང་སྐྱེས་ཀྱི་

གཞིམོར་བརྟན་ཆེ་ཞིང་བཟང་བའི་ངོ་། ། འཕྲུལ་དུ་སྒྲོ་འགྲོད་དང་
ཁ་སྐྱུལ་དང་བྱ་བ་ལམ་དུ་རྒྱག་མིན་སྟན་བྱེད་ཅམ་འབྱུང་བས་ལྟ་སྤྱང་གྱི་
དང་ཁྱད་པར་དུ་རྟ་མོའི་བསྐང་བ། འབུམ། སྒྲོལ་ཤེད། མཚན་
བརྗོད་བཅས་བསྟུབ།

ཁྱིམ་ཕུ་ནི། ཉམ་ཕུགས་བདེ་ཞིང་སྤྱིད་པ་འོང་ཡང་འཕྲུལ་དུ་
འཐབ་འཛིང་ཁ་མཆུ་ན་རེས་དང་འགྲོད་གོད་གྱི་ངོ་ཕྱན་བྱུ་ཡོང་བས།
བརྟན་སྟངས་ལ། གསེར་འོད། གཡང་འགྲགས། རྟོར་གཟུངས།
རྟོར་སྟུབ། གཏོར་མ་བརྟུ་མ། གདུགས་དཀར་བཅས་བསྟུབ།

ཁང་པ་འཕུལ་ལུ་ས་ཡེ་འཕྲོད་ཅེ་ན། ཁང་པ་དེར་རྒྱལ་འགོད་
དང་སྤྱ་གཉན་ས་བདག་གཞོད་པས་རྟ་མོར་ལ་ཤི་གོད་འབྱུང་ཡང་རྟ་
ཅང་མིང་ན་པས་འབྲིང་ཅམ། མཚོར་སར་གོད་ཁ་འབྱུང་བའི་ངོ་ཆེ་
བས་སྒྲོས་པ་ལེགས།

ཤོགས་ཕུ་ནི། ཤོགས་སྟན་ཅམ་སྤྱར་འོང་གི་ངོ་།

རྟོར་ཕུ་ནི། ཟས་རྟོར་གྱིར་གང་སྟོང་ལྷ་ཆོགས་འབྱུར་ཤོག་གི་
ངོ་། ཁྱད་པར་དུ་རྟ་ཤིལ་ཤི་གོད་གྱི་ངོ་ཡོད་པས་རྟ་མ་སྤྱས་གྱི་བསྐང་བ་
དང་ལུ་ལྟར་གསོལ་མཚོད། ལྟ་བསང་། ལྟ་བསང་། རྟ་གཟུངས་
རྟ་སྤྱད་བཅས་བསྟུབ།

དོན་ཕུ་ནི། བསྟུབ་པའི་དོན་དེར་དོན་དུ་གཉེར་བའི་ཕྱགས་
གྱི་འབྲེལ་མ། ཁྱིམ་གྱི་རྒྱལ་འགོད་ངམ། ལྟ་ཕྱགས་ནས་དཔོན་པོ་
རབས་ཆད་གྱི་འབྲེལ་གཞོད་པས་དོན་དེ་འི་བཞིན་འབྱུབ་དཀའ་བར་

གདམས།

ཁ་མཆུ་རྒྱལ་ཕམ་རི་ལྷ་འབྱུང་ཞིག། འཕྲལ་དུ་རྒྱལ་ཁ
འཕྱོང་པ་རང་མིལ་འཕྱོང་ཕྱགས་བཟང་ཞིང་བརྟན་དོམ།

ནད་ལྷ་ནི། ནད་དེ་འཕྲལ་དུ་དག་དོ་བསྟན་ཡང་གཞི་ཆེ་བས
སྟན་དཔུང་ཡུན་རིང་པོར་བསྟེན་དགོས་པའི་དོ། ནད་ལ་རྒྱང་མཁྱིས་
དང་གདོན་ནད་འབྱུ་རྒྱལ་ མྱོ་བའི་ནད་དང་མཆིན་ནད་སྟགས་
འབྱུང་དོ་ཡོད་པས་རྒྱས་འབྱིང་བསྟུས་གསུམ། ཀྱན་རིག་དང་སྟན་
སྒྲིའི་ཆོག་ བརྟ་ཤིས་བཅེགས་པ། བརྟ་བཞི། ལྷ་གཏོར། ལྷ་
གཏོར། འབྱུང་བཞི་གཏོར་མ། ལྷ་རྒྱུང་ས། ལྷ་མང་གསེལ་
མཆོད་ཡང་ཡང་དང་མེད་གདོང་མའི་བརློག་བརླུང་བཅས་བསྟུལ།

སྟག་ལྷ་ནི། ཆོ་སྟལ་སྟགས་བྱས་ན་ཉེས་དོ་མེད་ཅིང་བཟང་
བས་ཆོད་བར་བྱས། ཆོ་ཐར། ཆོ་མདོ། ཆོ་གཟུང་ས། ཆོད་པག
མེད་ཀྱི་སྟུ་བརྟ་ཅ་བཞེངས།

གདོན་ལྷ་ནི། རྒྱལ་འགོང་དང་ལྷ་བཅན་སྟགས་ཀྱིས་གཞོད་
པའི་དོ། གསེར་འོད། ལྷ་ལྷ། ཤེར་སྟིང་བདུད་བརློག་ ལྷ་འི་
གདོན་ལྷོལ། འབྱུང་བཞི་གཏོར་མ་གྲངས་མང་བར་ཐོངས།

སྟན་པ་ཡེ་འཕྱོད་ཅེན། དོ་ལེན་འཕྲལ་དུ་གསལ་པར་དཀའ་
ནའང་ནན་གྱིས་བསྟེན་ན་ཕན་དོ་ཡོད།

སྟན་དང་དཔུང་འདི་འདྲ་བ་ཡེ་འཕྱོད་ཅེན། འགྲལ་གཞོད་
སྟགས་ཀྱིས་འཕྲལ་དུ་ཕན་དཀའ་ཅམ་ཡོད་ནའང་ལྷ་གཏོར། ཆལ་

གཏོང། སྒྲུབ་ཤིང་བཅས་བསྐྱབས་ན་པན་སྒྲིབས་ཆེ་བའི་ངོ།

སྒྲིབ་ནི། ལྷ་སྒྲུང་མཆོད། སྒྲིབ་ལྷ་དང་ཡུལ་ལྷ་སྐྱེས་སྒྲུབ་
མ་འབྲུམ་ཐེན། སྒྲུབ་སྒྲིབ་ཆོག་སེམས་འབྲང་མའི་གཟུངས། སྒྲུབ་
ལྷ། ཏྲིག་གཟུངས། དགེ་འདུན་ལ་བསྐྱེད་བཀུར་དང་རྟེན་འགངས་
ཆེར་མཆོད་འབྲུམ་སྐྱེས་ཅི་སྒྲིག་སྐྱེས་ན་སྒྲིབ་སྒྲུང་བའི་ངོ་ཆེ།

དབྱུང་ནི། དབྱུང་ལྷ་དང་བསྐྱེད། སྒྲུང་མའི་གསལ་མཆོད།
གཟུངས་བསྐྱེས། གཟུངས་དཀར་བཅས་བསྐྱབས་ན་དབྱུང་མེད་ཅིང་
བཟང་།

མཁོན་པོ་ཞེ་ཡོང་ཞེ་ན། སྒྲིབ་ལྷ་གྱི་ངོ་ཡོད་ཀྱང་ཆེར་མ་
འགྲུངས་པར་ཡོང་བའི་ངོ།

ཆོང་སྒྲིབ་ནི། ཁེ་མེད་གྱི་དམེད་ལ་བཆེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་སྐད་ངོ།

ལམ་སྒྲིབ་ནི། ཐག་ཉེའི་རིགས་ལམ་བདེ་ཁིང་དོན་འགྲུབ་པའི་
ངོ། ཐག་རིང་ལ་བོར་སྒྲོར་དང་ན་ཆའི་ངོ་ཆེ་བས་སྒྲུང་མའི་གསལ་
མཆོད། གཟུངས་ཤིང་བསྐྱོག་པ་བཅས། ལྷ་བསང་། རྒྱང་བསྐྱེད་
ཅོད་པན་འཇུགས་པ་བཅས་བསྐྱབ།

བོར་སྒྲོར་ཞེ་རྟེན་ཅེ་ན། ཐག་མི་རིང་བར་དོགས་བརྟུག་ན་
རིམ་གྱིས་ཁྱངས་ཆོད་པའི་ངོ་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱིང་གཞི་ཆེ་བར་ཡོང་ཉེན་
ཡོད་པས་གཟུངས་དཀར་སྒྲིགས་ཤིང་སྒྲུང་མ་མཆོད་ན་བདེ་བར་ལག་
ཏུ་འབྱོར་བར་ངེས་སོ།

སྒྲིབ་པ། མང་མང་སྒྲིག་གྱུར་ཆོས་ཀྱན་རྩེན་པར་སྒྲོན་པའི་

མཛེན་ཤེས་སྒྲུ། གསལ་གསལ་ རབ་ཏུ་འགྲེལ་བྱེད་ནི་མཛོང་འབྲས་
 བཤད་ཏུ་སྦྱར། ཟླ་བ་ཟླ་བ་ བཤམས་པའི་གསུང་རྒྱུན་སྦྱར་པའི་གདངས་
 ལུ་ལེགས་བཀྲལ་པ་སྟེ། དེས་དེས་ སྒྲུང་དོར་ཅི་བཞིན་རྟོགས་པའི་
 ཐབ་ཚུལ་འདི་ཀོ་ཅད། ཟླ་བ་བཞི་དེ་ཅི་འདི་གསུང་ཆོག་བཀྲལ།
 ལྷངས་ལྷན་ཞལ་རྒྱུན་མན་དག་དང་ལྷན་པའི། དཔྱད་ལྷན་སྟོ་གོས་
 མཛོས་མའི་འགམ་ཆང་གིས། འབྱེད་ཀྱི་ཚོང་བརྒྱལ་གཟུ་ལུ་མ་ཉི་མས་
 མེན། དེ་ཕྱིར་རང་བཟོའི་རྟོལ་ཆོད་སྤྱི་བརྟོལ་གྱི། ལུས་སྟོན་གོས་ཀྱི་
 འད་བག་ཤོག་ལ་བརྟེན་ནས། མི་ཆོས་སྒྲུ་མའི་རྒྱུན་ཀྱི་གཡང་ཁ་རུ།
 མཛོང་བར་ཚོམ་འགར་པན་སྦྱུང་བདག་གིས་སྒྲུ། འདི་ཡིད་གེ་ཆོགས་
 ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་གཟིས། འཕྲོ་ཀུན་མི་ཤེས་སྒྲུག་རུ་མ་བྱུངས་བསལ་
 ཉེ། བདེ་སྦྱིད་དག་འ་སྟོན་སྒྲུང་བ་གསར་བ་ཡིས། འཆོ་ཞིང་རིང་
 མིན་བྱང་ཆེན་ལྷུང་ཐོབ་ཤོག ། ཅེས་དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་དམག་རྩེ་
 མའི་སྟོ་ནས་རྩེ་མཛོང་བསྐྱབ་ཚུལ་དེའི་འབྲས་བཤད་དང་བཅས་པ་
 འདི་ནི། གམ་དུ་བཅར་བའི་ཆོས་འཁོར་མཁན་ཆབ་གཞུང་ལུགས་
 རབ་འབྲམས་སྒྲུ་བ་དག་དབང་དངོས་སྐྱབ་ནས་ཐམས་ཅད་མཆིན་
 པལ་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཛོས་མཛད་པའི་ཤོ་མོ་ཤིན་ཏུ་བསྐྱས་པས་དཔྱད་
 དཀའ་བ་དང་། སྒྲུ་མ་གོང་མས་མཛད་པ་འགའ་ཞིག་ཁ་འཛོར་ཞིང་
 ཐིངས་གསུམ་པོར་དཀོས་པས་ངོས་འཛིན་དཀའ་བར་འདུག་པས་
 ཐིངས་གཅིག་པོར་བས་ཆོག་པའི་གསལ་བ་ཞིག་དཀོས་ཞེས་ནན་གྱིས་
 སྐུལ་མ་བྱུང་བར་བརྟེན། འདི་རིགས་གསར་ཚོམ་ལ་རང་བཟོའི་ཉེས་
 པ་ཡོད་ཉེན་ཆེན་འད་སྦྱིར་བཏང་བཟག་བསྐྱེལ་སོགས་བྱེད་སྐབས་ཀྱང་

དོན་བཟང་རན་སྐབས་འབྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཆོག་ཅི་ཤེས་བྱིས་ནས་
 དཀོན་མཆོག་ལ་གསེལ་བ་བཏབ་བྱིན་དམིན་བཅའ་བྱས་ཏེ་བསྐྱེལ་བས་
 ཆོག་པ་དང་། གཞན་ཡང་དཔེ་མོ་འདེབས་པ་ལྟ་བུས་མཆོན་རང་གི་
 བཟག་བྱའི་དོན་བཟང་རན་སྐབས་ཀྱི་བརྗེ་ཆད་དམ། ཅེས་སྟེ་སྟོས་
 བཟགས་བྱས་པའི་ཉེང་། བདེན་པ་བདར་པའི་གང་བབས་བྱས་ཆོག་
 པ་འདུན་པ་བཞིན་དང་། དེར་མ་བཟད་སྐབས་སུ་བབ་མིན་དཔལ་ལྡན་
 ལྟ་མོར་གསེལ་བ་བཏབ་བྱིན་མི་ལྟས་བཟག་པ་ཡང་ལེགས་པའི་མཆན་
 མ་བྱུང་བ་བཅས་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཆོས་མཛད་པ་
 དང་། གཞན་ཡང་ཤོ་མོ་རྒྱས་བརྩས་སྣ་ཆོགས་ཤིག་འདུག་པ་ནས་ཁ་
 གསལ་བ་ན་མས་ཀྱིས་གཞི་བྱས། ཤོང་མའི་ཞལ་རྒྱན་གྱིས་བྱུར་བརྒྱན་
 ཅིང་མོ་ཐེངས་གཅིག་གིས་མོ་བབས་གང་ཡིན་བལྟས་ཆོག་པ་ལྟ་བུའི་ཁ་
 གསལ་བར་བཀོད་པ་འདི་ནི། རྒྱུའི་དགེ་སྟོང་ལྷགས་ར་ཆོས་རྒྱེད་ག་
 དབང་འཕྱོད་ལས་ཀྱིས་བྱུང་བརྒྱན་ཆོས་འཁོར་མིང་གི་སྒྲ་བྱང་ཏུ་བྱུར་
 བས། འགྲོ་ཀྱན་སྒྲུང་དོར་གྱི་ཉི་མ་གསལ་བས་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་བསྟོན་ནས་
 པར་བཞད་པའི་རྒྱར་རྒྱར་ཅིག །

མེད་མོ་ཁ་འདོན་དག་སྦྱོར་བྱེད་པའི་

དུགས་ལ་ལྷག་ལྷ་བརྟག་འབྲས་ནི།

༡. ལྷག་ལྷ་བརྟག་ཅིག་ཞལ། ཆོས་སྦྱོར་ལྷག་རྒྱལ་པ། ཁ་
འདོན་བརྟག་ཅིག་ཞལ་གྱི་བསྐྱེད་བསྐྱེད། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་སྦྱོར་
གནས་བསྐྱེད་བ་བཅས་བསྐྱེད། ༢. ལྷག་ལྷ་ཏ་མཁྱིན་གསང་སྐྱེད་པ།
ཆོས་སྦྱོར་ལེག་ཅེ། ཁ་འདོན་ཏ་མཁྱིན་གསང་སྐྱེད་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་ཐོན།
༣. ལྷག་ལྷ་བདེ་མཆོག་ ཆོས་སྦྱོར་ཞལ་བཞི་པ། ཁ་འདོན་བདེ་
མཆོག་བསྐྱེད་བསྐྱེས་དང་ཡིག་བརྒྱ་ཐོན། ༤. ལྷག་ལྷ་རྣམ་རྒྱལ་པ།
ཆོས་སྦྱོར་ལེག་ཅེ། ཁ་འདོན་རྣམ་རྒྱལ་མའི་ཆོག་དང་གཞུང་ས་ཐོན།
༥. ལྷག་ལྷ་དོ་རྩེ་རྣམ་འཕྱོར་པ། ཆོས་སྦྱོར་ལེག་ཅེ། ཁ་འདོན་དོ་རྩེ་
རྣམ་འཕྱོར་མའི་བསྐྱེད་བསྐྱེས་དང་སྐྱེད་མའི་རྣམ་འཕྱོར་ཐོན། ༦.
- ལྷག་ལྷ་སྦྱོར་དཀར། ཆོས་སྦྱོར་དམག་ཐོར་པ། ཁ་འདོན་སྦྱོར་
དཀར་གྱི་བསྐྱེད་པ་དང་བསྐྱེད་པ་ཐོན། ༧. ལྷག་ལྷ་ཀུན་རིག་ ཆོས་
སྦྱོར་རྣམ་སྤྱུག་ ཁ་འདོན་ཀུན་རིག་གི་ཆོག་དང་སྦྱོར་པ་ཐོན།
༨. ལྷག་ལྷ་དབྱངས་ཅན་མ་དཀར་པ། ཆོས་སྦྱོར་དམག་ཐོར་པ།
ཁ་འདོན་དབྱངས་ཅན་མའི་བསྐྱེད་བསྐྱེས་དང་སྦྱོར་པ་ཐོན། ༩.
- ལྷག་ལྷ་གསང་འདུས་མི་བསྐྱེད་པ། ཆོས་སྦྱོར་ལྷག་རྒྱལ་པ། ཁ་
འདོན་གསང་འདུས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་དང་དགའ་ལེན་ལྷ་བརྟག་པ་ཐོན།
༡༠. ལྷག་ལྷ་ལྷག་དོར་རྒྱལ་པ་སྤྱུག་གིས། ཆོས་སྦྱོར་རྣམ་སྤྱུག་ ཁ་
འདོན་རྒྱལ་པ་སྤྱུག་གིས་ཀྱི་བསྐྱེད་བསྐྱེས་དང་སྦྱོར་བཞགས་ཐོན།

༡༩. ལྷག་ལྷ་འཇིགས་བྱེད། ཆོས་རྒྱུང་ཆོས་རྒྱལ། ཁ་འདོན་
 འཇིགས་བྱེད་གྱི་ཉམས་ལེན་དང་དམིགས་བཅེ་མ་ཐོན། ༢༠. ལྷག་
 ལྷ་འཇམ་དབྱངས་སྒྲ་མེད། ཆོས་རྒྱུང་ཆོས་རྒྱལ། ཁ་འདོན་འཇམ་
 དབྱངས་གྱི་བསྐྱེམ་བསྐྱས་དང་མཚན་བཟོད་ཐོན། ༢༡. ལྷག་ལྷ་
 འཁོར་ལོ་ཆེན་པོ། ཆོས་རྒྱུང་རྣམ་སྤྲུལ། ཁ་འདོན་འཁོར་ཆེན་གྱི་
 བསྐྱེམ་བསྐྱས་དང་ཕྱག་རྟེན་གྱི་མཚན་བརྒྱ་ཙུང་བརྒྱད་པའི་གཞུང་ས་
 དང་བཅས་པ་ཐོན། ༢༢. ལྷག་ལྷ་འཇམ་དབྱངས་དཀར་པོ། ཆོས་
 རྒྱུང་ཆོས་རྒྱལ། ཁ་འདོན་འཇམ་དབྱངས་དཀར་པོའི་བསྐྱེམ་བསྐྱས་
 དང་གནས་བརྒྱ་ཕྱག་མཚན་ཐོན། ༢༣. ལྷག་ལྷ་གསར་འདུས་
 འཇམ་རྟེན། ཆོས་རྒྱུང་ཆོས་རྒྱལ། ཁ་འདོན་འཇམ་རྟེན་གྱི་ཉམས་
 ལེན་དང་མཚན་བཟོད་ཐོན། ༢༤. ལྷག་ལྷ་ཕྱག་རྟེན་འབྱུང་འདུལ།
 ཆོས་རྒྱུང་རྣམ་སྤྲུལ། ཁ་འདོན་ཕྱག་རྟེན་འབྱུང་འདུལ་གྱི་བསྐྱེན་པ་
 དང་བཟང་སྟོན་ཐོན།

མེད་མོ་བ་དཔྱུས་དང་མི་ནག་སོགས་ལ།

༡. ལྷག་ལྷ་བྱམས་པ། ཆོས་རྒྱུང་ཕྱག་རྒྱལ་པ། ཁ་འདོན་
 བྱམས་པས་དམ་བཅས་པའི་གཞུང་ས་དང་བྱམས་སྟོན་ཐོན། ༢. ལྷག་
 ལྷ་རྣམ་རྒྱལ་ལ། ཆོས་རྒྱུང་ལྷ་མོ། ཁ་འདོན་རྣམ་རྒྱལ་མའི་
 གཞུང་ས་དང་དེའི་ཆོག་ཐོན། ༣. ལྷག་ལྷ་རྒྱུན་རས་གཟིགས། ཆོས་
 རྒྱུང་ཕྱག་རྒྱལ་པ། ཁ་འདོན་རྒྱུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་བསྐྱེམ་བསྐྱས་དང་
 ཡིག་རྒྱལ་ཐོན། ༤. ལྷག་ལྷ་ཕྱག་རྟེན། ཆོས་རྒྱུང་རྣམ་སྤྲུལ། ཁ་

འདོན་ཕྱག་རྟོག་གི་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ཐོན། ༡. ལྷག་ལྷ་འཇམ་དབྱངས་
 ཆོས་རྒྱུང་ཆོས་རྒྱུ། ཁ་འདོན་ཡར་པ་ཅན་དང་མཆོད་བརྟེན་ཐོན།
 ༢. ལྷག་ལྷ་རྒྱལ་མ། ཆོས་རྒྱུང་དམག་ཐོར་མ། ཁ་འདོན་རྒྱལ་མ་
 ཐོན། ༣. ལྷག་ལྷ་ཆོད་པག་ཐོན། ཆོས་རྒྱུང་ཐོག་ཅོ། ཁ་འདོན་ཆོ་
 གཟུངས་དང་ཆོ་མདོ་ཐོན། ༡༠. ལྷག་ལྷ་མིག་ཡོད། ཆོས་རྒྱུང་ཆོས་
 རྒྱུ། ཁ་འདོན་མིག་ཡོད་པའི་བསྐྱེད་བསྐྱེད་དང་ཡིག་བརྒྱ་ཐོན།
 ༡༡. ལྷག་ལྷ་ནམ་འཛེམས། ཆོས་རྒྱུང་ནམ་ལྷ། ཁ་འདོན་ནམ་
 འཛེམས་གི་གཟུངས་ཐོན། ༡༢. ལྷག་ལྷ་རྟོག་སེམས། ཆོས་རྒྱུང་
 ཕྱག་ཐུག་པ། ཁ་འདོན་ཡིག་བརྒྱ་དང་རྟོག་སེམས་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ཐོན།
 ༡༣. ལྷག་ལྷ་གདུགས་དཀར། ཆོས་རྒྱུང་ཆོས་རྒྱུ། ཁ་འདོན་
 གདུགས་དཀར་ཐོན། ༡༤. ལྷག་ལྷ་ཉ་མཐོན། ཆོས་རྒྱུང་ཐོག་ཅོ།
 ཁ་འདོན་ཉ་མཐོན་གི་རྟོག་པོ་དང་བཟང་རྒྱུད་ཐོན། ༡༥. ལྷག་ལྷ་
 ཐོན་ལྷ། ཆོས་རྒྱུང་ནམ་ལྷ། ཁ་འདོན་ཐོན་ལྷའི་ཆོག་དང་
 གཟུངས་ཐོན། ༡༦. ལྷག་ལྷ་སེང་གེ་ལྷ། ཆོས་རྒྱུང་ཕྱག་ཐུག་པ།
 ཁ་འདོན་སེང་གེ་ལྷའི་བསྐྱེད་བསྐྱེད་དང་ལྷ་བཤགས་ཐོན།
 ༡༧. ལྷག་ལྷ་དབྱངས་ཅན་མ། ཆོས་རྒྱུང་དམག་ཐོར་མ། ཁ་འདོན་
 དབྱངས་ཅན་མའི་བསྐྱེད་བསྐྱེད་དང་རྒྱལ་མ་ཐོན། ༡༨. ལྷག་ལྷ་
 རྒྱལ་དཀར། ཆོས་རྒྱུང་དམག་ཐོར་མ། ཁ་འདོན་རྒྱལ་དཀར་གི་
 བསྐྱེད་བསྐྱེད་དང་དེའི་བརྟེན་པ་ཐོན། ཞེས་པ་འདི་ནི་ལྷ་ཐུགས་
 མཐོན་ལྷ་མའི་འདྲེན་པ་ལྷ་མཆོག་འཇམ་དབྱངས་རྒྱ་མཆོག་ལྷ་མ་

མའི་ཏུ་ས་སྤྱ་དད་ལྡན་ན་མས་གྱིས་རང་གི་ལྟ་དང་རྒྱན་འདོན་ཁ་འདོན་
 མཁས་བྱ་མཁན་ན་མས་ལ་སྤྱགས་དམ་བཙག་པའི་སྒོ་ན་ས་གསུངས་ཆོག་
 པ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་གྱིས་ཞེས་ཡོངས་འཛིན་བྲི་རིན་པོ་ཆེ་རག་དབང་
 ཆོས་གཤམ་གྱི་གསུང་གིས་བསྐུལ་བ་ལྟར་བཀའ་འབངས་གྱི་ཐ་གལ་
 ལྷགས་ར་རག་དབང་འཕྲིན་ལས་དཔལ་བཟང་པོས་སྤྱག་བྲིས་སྤྱ་བཙག་
 ཉེ་ཕུལ་བའོ།།

ལྷ་མོའི་བརྟག་ཤོ་ལས་བརྟམ་པའི་

ཕྱིང་མོ་གསལ་ཆོན།

སྒྲུལ་དམ་པ་ནམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། འདིར་དཔལ་ལྷན་ལྷ་
མོའི་སྒྲོ་ནས་ཕྱིང་མོ་འདེབས་ཚུལ་མདོ་ཙམ་བཟོད་པ་ནི། ཕྱིང་བ་
ཕྱངས་ཚང་བ་ཞིག་རང་གི་དཔལ་བར་བཟུང་ལ། རང་ཉིད་ཡིད་མ་ལྷ་
ལྷགས་ཚུང་བཟད་དེ་བཟོད་ནས་ཕྱིང་བར་ཕྱ་བརྟབ། དེ་ནས། རྩྱེ་རབ་
འབྱམས་ཀྱི་ལ་བ་མས་གཏོར་འབུལ་བརྟམས་ཙམ་བྱས་པའི་མཐར། རྩྱེ་
བདུན་མ་གང་མང་བརྒྱས། བརྟག་བྱའི་དོན་ཡིད་ལ་བསམས་ནས་
དམིགས་པ་མ་གཡངས་པར་ཕྱིང་བར་ཕྱ་བརྟབ། མིག་ནམ་མཁའ་ལ་
བཟད་ནས་ཕྱིང་བ་གཅིག་བཅད། དེའི་གཡས་གཡོན་ནས་གསུམ་
གསུམ་བཟང་ལ་གང་ལྷག་དེ་ཤོ་མིག་རི་ལྷ་བ་བཞིན་ཏུ་བརྟག་པར་བྱ།

གཅིག་ལྷག་ཕྱིང་ན་གཞི་མོ་བཟང་། ཅི་བསམ་དོན་ཀྱན་
འཕྱལ་ཏུ་འབྱུབ། རིམ་ཤོ་སྒྲུང་མའི་བསྐྱང་གཤགས་དང་། བད་པའི་
དོན་ཏུ་ཆེ་སྒྱབ་བྱ།

གཉིས་ལྷག་ཕྱིང་ན་ཤོགས་ལྷ་བཟང་། དེ་མིན་ལས་ཀྱན་
འབྱུབ་པར་དགའ། རིམ་ཤོ་ནམ་སྒྲུལ་བསྐྱང་བ་དང་། བད་པར་
གཏུགས་ཤེར་བརྟོག་བཅས་སྒྱབས།

གསུམ་ལྷག་ཕྱིང་ན་དོན་ཀྱན་འབྱུབ། བྱིམ་ལྷ་ལ་ནི་མི་ནོར་
འཕེལ། རིམ་ཤོ་ལྷ་ཏོག་ཆ་གསུམ་དང་། བད་པའི་ཆེད་ཏུ་སྒྲུང་
རྒྱངས་བྱ།

བཞི་ལྷག་ཕྱིང་ན་དོན་མི་འབྱུབ། བྱ་བ་གང་ལའང་བར་ཆད་

ཆེ། རིམ་གྱི་གསུང་རྒྱུགས་དག་ལྟ་མཆོད། བད་པར་མདོས་དང་
གཏོར་མཐོངས།

ལྟ་ལྟ་བུར་ན་གྲོགས་ལྟ་འབྱིང། དེ་མིན་ཀུན་ལ་ཤིན་ཏུ་
བཟང་། རིམ་གྱི་བསམས་དང་བློས་གསོལ་བ། བད་པ་ཡིན་ན་ཆ་
གསུམ་ཐོངས།

དུག་ལྟ་བུར་ན་གཞི་མོང་ན། བད་དང་གོད་ཁ་འབྱུང་བའི་
ངོ། རིམ་གྱི་སྟོབས་ཆེན་བྱས་ན་བརྒྱུག ། བད་པར་འཆི་བསྐྱེ་
ཆོག་བ། ཞེས་དཔལ་ལྡན་ལྟ་མོ་དཔག་ཟོར་མའི་སྒྲོ་ནས་ཐེང་བ་རྣ་
མཐོང་བྱ་བ་ཚུལ་འདི་ནི། ཤོ་ལྷགས་རྒྱས་བརྩས་སྒྲ་ཆོགས་མང་ཡང་
རྒྱན་འཁྱེར་ལག་ཏུ་བྱངས་བདེ་བར་བཞོད་པ་འདི་ནི་ལྷགས་ར་ཆོས་
རྗེས་དགོས་པ་དུ་མའི་རྒྱ་མཚན་དང་བཅས་ཏེ་མཛད་པའོ།

དཔལ་ལྷན་དམག་ཐོག་མའི་སྒྲིན་པ་ཤི་

བརྟག་ཚུལ་ཀུན་གསལ་མེ་ལོང་།

ཤོ་མའི་རྒྱལ་བཤད།

ན་མ་མྱི་གུ་རུ་བཟླ་རྟེན་ལྷ་ལ། འདིར་དཔལ་ལྷན་ལྷ་མའི་ཤོ་མ་
འདེབས་པར་འདོད་པས། གནས་དབེན་པར་རྒྱབས་འགྲོ་སེམས་
བརྩེད་ཐོན་ཏུ་བཏང་ནས། མཐུན་ཏུ་གདན་གཞི་དཀར་པོ་གཙང་
མའི་ཉིང་ཏུ་ནས་ནག་པོ་ཐེ་གང་མ་མདའ་ཁོད་སྒྲོ་མ་དར་སྒྲ་མེ་ལོང་ལྷ་
བཅག་གིས་བརྒྱན་པ་བཅུགས། གཏོར་མ་དང་མཚོན་པ་བཤམས།
ཆར་ཕུད་མཐུན་ཏུ་བཞག བྱང་ཤར་ཏུ་བརྒྱས་ལ། རང་ཡི་དམ་ཏུ་
བསྒྲུབས། མཚོན་གཏོར་ཕྱིན་གྱིས་སྤྲེལས། རང་ཡི་དམ་ཏུ་གསལ་
བའི་བྱགས་ཀའི་རྒྱ་གི་ལོད་ཟེར་གྱིས་བྱང་ཤར་ཕྱ་ལེ་ཉིང་གི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་
པོ་ནས་དཔལ་ལྷན་ལྷ་མའི་འཁོར་དང་བཅས་པ་སྤྲོད་ངལ། སྤྲོས་སྤྲོར་
བསེག་པ། དེ་ནས། རྒྱུ་རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་འཕྲིན་ལས་
ལ། ཞེས་པ་ནས། གཡེལ་བ་མེད་པར་རྟག་ཏུ་ཤོགས་ཕྱེད་ཤོག །
ཅེས་མོ་བདར་བ་ནི། ཅ་བརྒྱད་ཀྱི་དཔལ་ལྷན་སྤྲེལ་དམ་པ་སངས་
རྒྱས་བྱང་སེམས་ཡི་དམ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཚོགས། དཔལ་པོ་མཁའ་
འགྲོ་ཚོས་རྒྱུང་མ་ཐམས་ཅད་དང་བྱད་པར་ཏུ་ཡང་དཔལ་ལྷན་ལྷ་
མོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་དང་། རྒྱབས་གནས་བསྐྱབ་བཅེད་པའི་དཀོན་
མཚོ་གའི་ན་པོ་ཆེ་བྱེད་རྣམས་ཀྱིས་དཔལ་ལྷན་ལྷ་མའི་ཤོ་བརྟག་པའི་མོ་
འདི་བཟང་པོ་དཔ་ཏུ་མ་སྟོན། དན་པ་བཟང་ཏུ་མ་སྟོན། བཟང་
དཔ་འཇལ་འཇོལ་མ་ཕྱེད། མོ་འདི་དྲང་ཏུ་ཕོབས། གསལ་བར་

བཤོད་དམ་མཐུ་ལྟ་ཡིན། མོ་འདི་དཔུང་ན་ངན་མོད་དེ། བྱི་སར་
 བབས་ན་དག་ནད་འོང། བྱི་སར་བབས་ན་བྱད་མེད་དང། གོང་
 ཁའོང་ཁིང་ཐུང་ནག་གདོན། རང་སར་བབས་ན་ཤིན་ཏུ་ངན། ལྷ་
 སར་བབས་ན་བཅོས་ཐབས་ཡོད། ལྷག་(རྟ་ཁྱི) འོ་བ་དང་ཡོས་(ལྷག་
 མག) འོ་བ། དེ་ཡི་རིགས་མཐུན་ཀྱན་ལ་ངན། མོ་འདི་ལན་གསུམ་
 བབས་ན་ནི། བཅོས་ཀ་རིམ་གྱི་ཐུར་དུ་བྱ།

བཞི་འདི་ལྷ་བཡར་ངོ་རྒྱལ། མར་ངོ་འགྲི་བ་པ་ལྷ་བྱ་ཡི། མོ་
 ངན་ཀྱན་གྱི་མཐུག་ཐུང་པ། བད་པ་(ནད) གཞི་ཆེ་(ཞེང) འདྲེ་མོ་
 གཞོད། བྱེས་སུ་འགོ་ན་རུང་ཅམ་ཡོད། གཞན་མ་ཅི་ལ་བད་བ་ཀྱང་
 ངན། ཡལ་ཆེར་གོང་འོག་རྒྱས་བཤད་ཀྱིས། གོ་བར་བྱས་ལ་དཔུང་
 པར་མཛོད།

ལྷ་འདི་ཆོ་རིང་མཆེད་ལྗེ་མོ། གང་ལ་བབས་ན་བཟང་བ་
 དང། བྱད་པར་ལྷག་(མག་ཡོས) འོ་བ་ལ་བཟང། དེ་ཡི་རིགས་
 མཐུན་ཀྱན་ལ་བཟང། ས་ཡི་དཀྱིལ་ནས་གསེར་གཡུ་རྟེད། ལུ་བ་ཀྱི་
 ཐག་དམར་ཅ་བ་རུ། རྟ་བརྒྱ་ལྷག་སྒྲིང་འཕྲོ་བ་པ་དང། དཔྱད་བྱང་
 དཀྱིལ་ནས་ནོར་བུ་ཡོད། རྟོར་ཁྱ་ཐང་ལ་རྒྱགས་པ་ཡིས། དཔྱད་ཐོག་
 གཅོད་ཅིང་དཔྱད་ལས་རྒྱལ། ཅི་བསམ་འགྲུབ་ཅིང་དོན་འགྲུབ་ཡོད།

ལྷག་འདི་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། གཞི་མོ་ཆད་རིམས་མི་ནད་
 གཞན། འབྱུང་བ་སྤིད་ཀྱི་བཅོས་ཀ་ཡོད། མགོན་པོའི་མོ་ལ་འབྲིང་
 དུ་དཔུང། དམག་ཐག་རྒྱན་མ་བོར་སྟོར་སྟགས། ར་མདའི་མོ་ལ་

མེན་ཏུ་བཟང་། བོད་བརྟེན་ཅིང་བྱོས་པ་བྱིན། རྒྱུ་པར་གཞི་མོས་
 ཐུན་ངན། བྱང་དམེ་འབྱུང་ཞིང་དམེ་འབྱུག་ཡོང། གྱུང་དང་ཁ་
 བརྒྱལ་ཡོང་དེ་ཕྱོད། མར་གོང་ནང་ན་རུས་མཛེར་ཡོད། སྒྲ་མ་མི་
 དཔོན་བཀའ་བཀྱོན་ནས། ཉེ་བ་ཤག་པོས་(ཁས་སྒྲངས་ཆག) བསྐྱང་
 ར་བྱེད། སྲིད་པ་ལེའུ་དགའི་དག་སྒྲུབ་བྱ། བྱ་ལོ་བདད་ཕྱི་(ཉ་ལྷག)
 ལོ་བཅུ་། རན་ཅིང་དེ་ཡི་རིགས་མཐུན་འདྲ། བརྒྱུག་པ་ཁས་ལེན་
 ཐུང་ལམོར་སྒྲ། གནས་དང་ཆོགས་ཆེན་མཇུག་བཟང་།

བཅུན་ འདི་རུས་བཞི་ཉི་ལྷ་མོ་མོ། ལྷ་ཁང་བཞི་ལ་རྒྱལ་
 མཆན་འཕྲུགས། རུང་དཀར་འབྱུང་ཅིང་གཞི་རུང་། ཆོས་ཀྱི་གདན་
 ས་འཕྲོ་བཅུ་དང་། དཀོན་ལྷེ་གསུམ་གྱི་བདག་པོ་བྱེད། མི་སྒྲུ་ཡིན་ན་
 རྒྱལ་པོ་འཕ། དམག་དང་འབངས་ཀྱི་བདག་པོ་བྱེད། མོ་འདི་དཔྱད་
 བཟང་བཅུ་དང་། རྒྱུ་པར་བན་དེ་མོ་ལ་བཟང་། བྱང་པ་ཡིན་ན་
 ཅུང་ཞིག་འབྲིང་། ཤར་གྱི་ཕྱོགས་ནས་འདྲེ་གདོན་གཞོད། དེ་མིན་
 ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་།

བཅུན་ འདི་གདོང་ཅན་གཉིས་ཀྱི་མོ། བཟང་ངན་གཉིས་ཀྱི་
 དཔྱེ་བདག་པ། བྱང་པ་རྒྱང་ལས་ཐུར་པ་ཡིན། མཐོན་པོ་ཡིན་ན་ཕྱི་
 དལ་ཆེ། དེ་མིན་ཀུན་ལ་མེན་ཏུ་བཟང་། འོན་ཀྱང་ནད་པ་ནད་གཞི་
 ཆེ། སྲིག་ཕྱ་བཟན་ཅིང་རིམ་གྱོད་གོས། བྱེས་སུ་འགྲོ་ན་དག་མེད་
 ཅིང་། དོན་འབྱུང་ལྷ་སྒྲུང་མཆོད་ན་བཟང་། མོ་འདི་སྤྲུགས་བཟང་
 འཕྲུལ་དུ་ནི། བྱ་བཀའ་ལ་ཕྱི་དལ་ཆེ། འོན་ཀྱང་དཀར་ལས་ཀུན་ལ་

བཟང་།

དགྲ་འདི་ལྟ་མེད་འགྲ་བཅས་པས། །ཁམས་གསུམ་ཐམས་
ཅད་དབང་དུ་བྱུང་། །སྤྱང་གསུམ་ཐམས་ཅད་ཟིལ་གྱིས་གཞོན། །ང་
རྒྱལ་ཅན་གྱི་མགོན་དང་འབྲང་། །(ནད་པ་ཡིན་ན་རྒྱང་ཤས་ཆེ་བའི་
ང་། གཞན་ཟང་ཟིང་གི་ང་) མེད་གེས་གངས་རི་འཛིན་པ་ལ། །སྟག་
ཆགས་གཞན་ལ་སྟག་མི་དགོས། །ཆོས་པ་གང་དུ་འགྲོ་བ་ལ། །
བཞེགས་མེད་དམ་ཆོས་འཕེལ་བ་དང་། །སྟན་ལུགས་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱ་
ཆེན་འབྱུང་། །བསམ་པ་འབྱུང་ཅིང་གཏམ་སྟན་འོང་། །རྩ་མེད་སྟབ་
དང་མཐུན་མདའི་ངོ་། །སྟར་བ་རྟེན་ཅིང་བྱོས་པ་ཐར། །མགོན་པོ་
ཡིན་ན་རྒྱུར་དུ་སྟེབ། །འགྲོ་འོང་ཅིལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་། །རྩ་ལུགས་
བཡིན་ན་ང་།

བརྩ་འདི་མགོན་པོར་དགྲ་མེད་ཅིང་། ཐག་རིང་མགོན་པོ་
དོན་ཡང་ཡོད། །ཐག་ཉེ་དོན་རྒྱང་ཕྱི་དལ་ཆེ། །ནད་པ་ལ་ནི་སྒྲོ་
གདབ། །དགེ་སྤྱོད་བཞི་ཕྱེས་རྒྱ་གཉོར་བྱ། །འོན་ཀྱང་དཀར་ལས་ཀྱན་
ལ་བཟང་། །སྟག་གི་རྒྱ་ཐག་མི་ཆད་ཅིང་། །དགྲ་མེད་རྒྱུར་འོང་ཕྱི་དལ་
ཆེ། །མོ་འདི་འཕྲལ་དུ་འབྱིང་ཡིན་ཡང་། །ལུགས་སྟབ་བཟང་བ་ཤེས་
པར་བྱ། །རྩ་པར་བན་དེ་མོ་ལ་རབ། །མཛེ་རྩ་གཉིས་ཀྱི་མོ་ལ་
བཟང་། །འོན་ཀྱང་འཕྲལ་དུ་བཅོས་ཀ་དགོས། །སྟག་ཟས་རྒྱ་དང་
བྲག་ལ་འཕེན། །ནད་པ་མི་འཆི་ནད་ལས་ཐར། །ཆོས་ཀྱི་རྩེ་དེ་བྲག་
ལས་སྟ། །པོར་སྟར་བྱུང་ན་རྟེན་དཀར་ཅན། །བྱ་སྟེལ་ལོ་དང་མཐུན་

པར་ངན།

བརྒྱུག་ཅིག་ བརྒྱུན་མ་བརྒྱུག་གིས་མོ། བྱ་རྒྱ་གཉིས་ཀྱི་མོ་ལ་
བཟང་། ལྷ་པར་བན་དེ་ཡོད་ན་དགོ། ལྷ་གི་སྐད་ལྷ་རྒྱ་གཉིས་
སྐད་ཐོས། གཡུ་ཡི་སྐད་ཤིང་འཐིབས་པ་ལ། ལྷ་ལྷ་སྐད་མོས་
གསུང་སྐད་སྐྱོགས། བྱིས་སར་སྤི་ལོར་བྱིས་པ་བཅས། སྐྱོགས་དང་
གོད་ལ་དུམ་ཅམ་འོང་། ཅི་ལ་བརྒྱུག་ཀྱང་བཟང་བར་བཤད། རྒྱ་
(ཁྱི་ལྷ་ག) ལྷ་ག (ཡག་ཡོས) འབྲུག་(ཁྱི་སྐྱོལ) སྐྱལ་(ཕ་སྐང) ཡོ་བ་
དང་། དེ་ཡི་རིགས་མཐུན་ཀྱང་ལ་དཔྱད།

བརྒྱུག་གིས་ ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ཞིག་ཤོས། སྐྱེ་བྱི་ཤིང་ཅིར་ལྷ་
བའམ། ཡང་ན་སྐྱོང་རྒྱ་རྒྱ་ཆགས་ལྷ་ལྷ། ལྷ་སར་ན་མཐོང་ངམ་
འབྲུང་ཉེན་ཡོད། ལས་ལེན་ཆགས་ལྷ་མ་དགལ། སྐྱལ་ཡོ་བ་དང་
མཐུན་པར་ངན། ལྷ་མེད་དང་ནི་ཉེ་འབྲེལ་སྐྱོན། སྐར་ལའི་སྐྱོང་
དུག་ན་སྐྱོག་ཅོད། གཞི་མོ་ཡིན་ན་ན་མ་ལུགས་ངན། ཆོང་ལ་སོང་
ན་དགའ་འོང་ཞིང་། རྒྱ་ཆེ་སྐྱ་ཆག་དོན་མི་འགྲུབ། མཐོན་པོ་ཡིན་ན་
འགྱུར་པའི་ངོ། བོར་སྐྱར་འབྲུང་ཞིང་སྐྱོང་ནོར་འཆོང་། བད་མོ་
ཡིན་ན་དམར་རིགས་ཀྱི། (རྒྱལ་པོ་བསྐྱེན་པའི) རྒྱ་སར་ན་སྐྱངས་སམ་
(གསེར་ཅན་འོད་ཅན་མིག་དགུ) ཟེས་ངན་དུག ། ལྷ་ལྷ་ན་ངན་
ཤགས་ལྷ་ལྷ། ལྷ་ན་ཡོ་ཡི་རྒྱ་ཤིང་ཡིན། དེ་ཡི་སྐྱོན་བྱིན་དེ་མིན་
ན། བསྐྱང་བ་མདོས་དང་རིམ་སྐྱད་གཏོང་། བད་པའི་མགོ་དང་རོ་
སྐྱོང་ན། ངར་སྐྱད་མགོ་དང་རོ་སྐྱོང་ལ། ཤགས་ལྷ་སྐྱར་བ་ཅིས་ལ་
ཐོངས། ཅི་ལ་བརྒྱུག་ཀྱང་ངན་པར་བཤད། འོན་ཀྱང་བོན་ཆོས་བྱེད་

ན་བཟང་།

བརྒྱུགས་མ་ སྤྱོད་པའི་མོ་ཆེན་འདི། དཔལ་ལྷན་ལྟ་མོའི་ཉེ་བ
ལ། ལྟ་ན་མས་ཀུན་གྱིས་རྫོང་བཅས་ཏེ། ལྟ་མོན་ན་མས་ཀྱི་གཡུ་པ་རོ
པམ། ལྟ་ན་མས་རྒྱལ་ཆོམ་འདི་བབས། སྤྲུལ་རྒྱལ་པོ་མེ་ཆེན་ལ།
བཟང་བར་དཔྱད་ན་གང་དག་ཀུན། ཆེ་ཆུང་གང་གི་མོ་ལ་བཟང་།
ས་གཞི་ནོར་དང་མི་ས་ཀུན། ཐེགས་པ་བསགས་པས་རྒྱ་མཚོར་
འགྲོ། རྒྱ་རྒྱ་ཁྱེད་བའི་མི་དང་འཕྱད། དཔྱད་མེད་ཅིང་བསམ
དོན་འབྲུབ།

བརྒྱུགས་ ལྟ་མོར་དམ་ཉམས་གྱིས། སྤྱོད་མོག་ལྟ་སྤྱང་བཅན
པོ་མཆོལ། དེ་ལ་བཤགས་པ་རྟེན་གསལ་དང་། ལྷ་བ་བྱེད་ཅིང་
འཇིག་རྟེན་གྱི། ལྱང་ཆེན་འགྲོག་ཅིང་བསང་འབྲུལ་བྱ། དབང་དང་
རྗེས་གནང་ཁ་སྤྱོད་ལྷ། སྤྲུལ་པའི་ཆོས་འབྲིས་སྤྲོ་བཞེངས། གཞི་མོ་
ནད་མོ་མཆོན་པོར་འབྲིང། རྒྱལ་པོ་དང་ནི་འདྲེ་མོ་གདོན། མཚོད་
རྟེན་ཞིག་ལ་འབྲིས་ནས་འོངས། ལོ་གང་ལོ་གང་ན་གང་ཡིན་ལང་།
ལྱང་མེད་སྤྱི་ཡོ་མོ་ལ་འབྲིང། སྤྲུལ་སྤྱོད་པོ་ན་ཞིང་པོ་ཀུན། ཉི་མ་སྤྱོ་
བྱུང་གཟུང་ཡིས་ཟིན། སྤྲུལ་པར་འབྱུར་མེད་ལྷ་དང་རྒྱ། མོ་དན་
ལ་ལ་ཆེར་གཞི་མོ་ལ། བབས་ན་རྒྱ་ནོར་ཟས་གསུམ་ཀུན། རྒྱ་ཡི་
གཞིར་མ་མཐའ་ནས་འཛད། དེ་དག་ཀུན་ལ་དཔྱད་པར་མཛོད།

བཙུ་མ་ དཔྱད་ས་ཅན་བཞད་པའི་མོ། ཡིད་བཞིན་ནོར་བུས་
དགོས་འདོད་ཀྱི། ཆར་བདབ་ཅིང་བསམ་དོན་འབྲུབ། ལྷག་པར་

ཁྱིམ་འཕྲི་ལས་(ཁྱིམ་པ་ཀུན་སེལ། མདོ་ཐིག་བརྒྱ་ཙ་འདོན།) བཅོམ་
 ཀུན། སྐུ་ཏུ་བཟང་ཞིང་འགྲོའམ་རྒྱུད། གཞི་མོ་ནད་མོ་གང་ལ་
 ཡང་། རང་ལོག་པ་ཡིན་ཐམས་ཅད་དང་། དེ་ཡི་རིགས་མ་ཐུན་ཀུན་
 ལ་བཟང་། དོན་ཀུན་གང་ཡིན་ཐུར་ཏུ་འགྲུབ། བད་པ་ལ་ནི་ཀུན་
 རྒྱུགས་ཀྱི། ར་ཤ་མག་ཤ་ཐོས་པ་གཞོད།

བརྒྱ་རྒྱུག་ ལྟ་མོ་ཐུག་འབྲུང་མོ། མཐུ་ཐུབ་ཐོར་དང་ཤན་
 འབྲེད་བཟང་། དག་ལ་དམག་ཐག་ཐེད་ན་དགོ། དེ་མིན་ཀུན་
 (མན་པ་ལ་སེར་བ་ཐུབ་པ་ཐེད་པར་བཟང་) ལ་ངན་པར་བཤད།
 བད་པ་ལ་ནི་ཤ་མར་གཞོད། མ་ཤིན་ཡང་ནད་གཞི་ཆེ། གཞི་མོ་སྒྲིག་
 ཐུ་ཐིམ་ཐུ་ལ། རྒྱ་བ་ནག་པོ་ཤར་བ་འདྲ། ས་བདག་ལྷ་གཉན་ཤོས་
 བས་འདུག ། དེ་ལ་དེ་ཡི་ལྷགས་ཀྱིས་བཅོས་(ཁ་འབར་ཆེན་མོ་
 གཏོར་བ་རྒྱུག་དང་། དཀར་ཆོས་ཐུས་ན་བཟང་)། མན་པ་ལ་ཡོད་
 དམ་ཐན་ལྷས་འབྲུང་། ལུས་ལ་ཐང་དང་རྒྱུག་འབྲུམ་དང་། གཟེར་
 རྒྱུག་རུས་པ་སྐམ་ཁོས་ཐེད། ལྷ་དབང་རེས་གནང་ལྷ་གཏོར་
 གཏོར། ལྷ་བརྒྱད་ལྷ་ཐིག་བཏབ་ན་དགོ། བརྒྱ་ཙ་གཏོར་མའི་
 རིགས་ཀུན་འགྲོ། མཐོན་པོ་ཡིན་ན་རྒྱུག་བཟུལ་ཆེ། བྱ་(ཐང་ཐུལ་)
 ལོ་བ་དང་ཐག་(ལུག་ཡོས་) ལོ་བར། རན་ཅིང་ལོ་མཐུན་ཀུན་ལ་
 དཔྱད།

བརྒྱ་བཟུན་ དཔལ་ལྷན་ལྟ་མོ་ལ། བཅོམ་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་བཟུང་།
 ཡིན་མིན་མགོ་ལྷག་ཤན་འབྲེད་པའི། ཆེས་ཆུང་ཤོ་རྟེན་དཀར་ནག་
 ཐུལ། འདི་བབས་མོ་འདི་ཀུན་ལ་བཟང་། ཀུན་ནས་བདེ་ཞིང་

བསམ་དོན་འགྲུབ། ས་གཞིའི་དགྲིལ་ནས་དཔག་བསམ་འབྱུང་།
 འབྲས་བུ་སྒྲིན་ཅིང་རེ་བ་སྒྲོང་། འབྲས་ཕུགས་གང་གི་མོ་ཡི་མཚོགས།
 བཙོ་བཙུན་བཏུན་སྒྲུང་ཀུན་གྱི་མོ། དངོས་གྲུབ་སྒྲུལ་ཅིང་བར་
 ཆད་སེལ། བསམ་དོན་འགྲུབ་ཅིང་དགོས་འདོད་ཡོང་། དགེ་ལེགས་
 ཀུན་འབྱུང་མོ་འདི་ནི། བཟང་བ་ཀུན་གྱི་མཚུགས་སྒྲུང་པ། འབྲས་ཏུ་
 རན་ཡང་ཕུགས་སུ་བཟང་། བཏུ་ཤིས་བཅེགས་པ་ཅི་མང་སྒྲོག།
 མོ་བྱེད་དཔྱད་མོ་བར་ལ་དགེ།

གྲོ་མོ་འུ་བྱུང་དཔྱད།

སྒྲོམ་དཔྱད་ནི། མོ་འདི་དང་པོ་བྱེད་ས་དགྲུ་ས་ཟེར། བར་མ་
 བྱིམ་ས་ཐབས་ཟེར། བྱེད་མ་ལྟ་ས་རང་ས་ཟེར། གསུམ་པོ་བཟང་ན་
 བཞོད་མི་དགོས། འབྲས་ཕུགས་གང་གི་མོ་ལ་བཟང་། གསུམ་པོ་
 རན་ན་(ས་སྒྲུ་ ལྟ་གསོལ། མ་མའི་མདོས། བདུད་ཀྱི་ཞལ་བཟུང་
 བྱ) བཞོད་མི་དགོས། འབྲས་ཕུགས་གང་གི་མོ་ལ་རན།

དང་པོ་རན་ན་དགྲུ་དང་ནད། ཁ་མཚུ་ཟང་ཟིང་ཐོར་སྒྲོར་
 འོང་། བར་མ་རན་ན་མོ་དུར་འོང་(ཁའ་མ་གནོད་པའི་རོ་) འོན་
 ཀྱང་བྱེད་མ་གཉིས་བཟང་ན། སྒྲོག་སྒྲུ་བཏུན་ཅིང་བཅོས་ཀ(བཟང་
 སྒྲོད་མ་གང་ས་འདོན། རྒྱལ་མདོས་གཉོང་) ཡོང། དེ་ཡིས་མཚོན་
 པའི་ཀུན་ལ་དཔྱད།

དང་པོ་བར་མ་གཉིས་རན་ཅིང་། བྱེད་མ་བཟང་ན་བཏུན་ཆུང་།
 མཚོ་འབྲི་བུད་མེད་དག་ལ་རྩུབ། ཀུ་ཅོ་ཡོང་རམ་འཛིང་ལོའོན་

བྱེད། ། ཡང་ན་སེར་བ་འབྲུག་སྐད་ཐོན། ། ལྷན་དུ་བཅས་ན་སྒྲོན་མེད་
ཤེས། ། བད་པ་ཡིན་ན་རིམ་གྱིས་(གཙུག་ཏྱར་ལོ་གྲངས། དགེ་སྤྲེལ་
བཞི་ཁྲིམ་ས་རྩ་ ལྷལ་མདོས་བྱ) བསྐྱོག། ། མགོན་པོ་ཡིན་ན་ཁས་
ལེན་དང་། ། བསྐྱང་བཤགས་བསང་འབྲུམ་དག་ལྟ་བུ་ཡོད།

དང་པོ་བཟང་ཞིང་ཕྱི་མ་གཉིས་ངན་ན། ། མོ་འདི་ཤིན་ཏུ་
དམུང་པ་དགལ། ། འོན་ཀྱང་གཏོར་བསྐྱུག་བག་ཅམ་ཡོད། ། བད་པ་
ཡིན་ན་མི་དེའི་ཆོར་(ཞག་གསུམ་རྩུན་ཆད)། ། སྤང་(ཆོ་གཟུངས་
འབྲུམ། གཏུགས་དཀར་སྤྲོང་) བ་རིམ་གྱི་སྒྲོབས་ཆེན་དགོས། ། གཞི་
མོ་ཡིན་ན་ཕྱགས་སུ་འབྲིང་། ། དེ་མཐུན་ཀྱང་ལ་དམུང་པར་བྱ།

དང་པོ་བར་མ་གཉིས་བཟང་ཞིང་། ཕྱི་མ་ངན་ན་དོན་མི་
འབྲུབ། ། བད་པ་ནད་གཞི་ནད་གདོན་ཆེ། ། ཁས་མས་སྤྱག་ཅིང་འགྱུར་
ངོ་ཡོད། ། དམུང་ན་འདི་ལ་བཅས་ཀྱི་ཡོད།

གཞི་མོ་གསུམ་དང་བཅུ་བཞི་དང་། ལྷག་པར་རང་སར་བཞི་
བབས་ན། ། འདི་ཀྱན་གང་བྱས་གཞི་མོ་ངན། ། བད་པའི་མོ་ལ་རྒྱག་
དང་བཞི། ། བཅུ་གཉིས་བཅུ་རྒྱག་བབས་ན་ངན།

དང་པོ་ངན་ན་ཁས་ལེན་ཆག ། ལྷ་སྤང་བཅན་པོ་མ་དགལ་
ལ།

བར་མ་ངན་ན་མོ་དུར་ངོ། ། གོད་ཁ་འོང་ངམ་སྤྱད་ནག་
གདོན། ། ཡང་ན་རྩལ་གོས་ཁྱ་བོད་དང་། ། ཀ་ཅའི་མོ་བྲིས་འདྲ་གནོད།

ཕྱི་མ་ངན་ན་སྤྱག་ལྟ་འབྲིང་། ། ལྷག་པར་རྒྱག་དང་བཞི་ངན་

ནོ། ། ཞག་གཅིག་གཉིས་གསུམ་ཚུན་ཆད་དུ། སྒྲག་དང་ངས་མེད་ཅིང་
མ་ཤི་ན། ། རིམ་གྱི་(ཆེ་གཟུངས་འབྲུམ། གདུགས་དཀར་སྟོང་།
བཀའ་ཐུག་ཐོག་ རྡོ་མ་ཁ་བསྐྱར། རྩལ་པོ་གསེར་མདོས་ནམས་བྱ།)
སྟོབས་ཆེན་མགྲོགས་པར་དགོས། །

གསུམ་གཅིག་འདི་བབས་སྤྱད་ནག་དང་། མོ་མགོན་ཏྲ་པ་
འདྲི་གདོན་ཀྲ། ། ཡང་ན་བན་བོན་མི་ཆེན་སྟོགས། ཤར་དང་སྟོ་
བྱ་བྱང་ནས་འོངས། དེ་ལ་འཆི་བྱ་ངེས་པར་དགོས། ཡང་ན་རྩལ་
པོ་གསེར་མདོས་གཏོང་། རྡོ་མ་ཁ་བསྐྱར་ལ་སྟོགས་བྱ། བྱིས་པ་
འབྲུལ་ལ་བསགས་པ་གཏོང་། སྒྲག་ཆགས་མང་པོའི་ཆེ་བར་ཐོངས། །
སྤྱད་དང་གཏོར་མ་ལེན་མི་བསྐྱར། དེ་ལ་བྱ་ཡི་སྟོང་ནོར་བྱིན། པོ་
མོའི་ལྷས་ཆས་གཏོར་ན་དགོ། དེ་འདྲའི་མོང་ན་རྩལ་བབས་ན། མོ་
འདི་མི་རྩལ་དཔུང་མཁས་དགོས། །

བདུན་ལས་ལྷག་པའི་མོ་མེད་ཀྲ། འབྲུག་ལོ་བ་དང་རྩལ་ལོ་
བ། ནད་པ་ཡིན་ན་བྱང་ཞིག་འབྲིང་། དེ་མིན་ཀྲན་ལ་ལྷ་བདུན་
དག། བརྩ་གཅིག་བརྩ་གསུམ་བཅོ་ལྷ་དང་། བརྩ་བདུན་བཅོ་བརྒྱད་
འདི་དག་ནི། གང་དུ་བབས་ཀྱང་བཟང་བར་བཤད། ལྷག་པར་རང་
སར་བབས་སྤྱར་ན། གང་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བར་བཤད། །

གནད་དམིགས་བརྒྱད་ཀྱི་བྱར་དཔུང་།

དཔུངས་ཅན་ལྷ་མོའི་ཞབས་བརྒྱད་ནས། ཤོ་མོའི་གཞུང་དོན་
མ་ལུས་པ། གནད་དམིགས་བརྒྱད་ཀྱི་བྱར་དཔུང་ནི། གསལ་བའི་

སྒྲོན་མེ་བཤད་པར་བྱ།

གསུམ་ཀ་བཟང་པའི་བྱར་བཤད་ནི། གཞི་མོ་ནད་མོ་མགོན་
མོ་དང་། ཚོང་དང་ཁྱ་བ་བོར་སྟོར་དང་། དམག་དང་མཐུ་སྐྱབ་དོན་
བྱ་བ་བྱུང་། ཞི་བྱ་གཟུང་བ་ཀྱན་ལ་བཟང་།

གསུམ་ཀ་ངན་པའི་བྱར་བཤད་ནི། དོན་བྱ་བ་བྱུང་(མཐུ)ལ་
ངན་པ་དང་། ཁྱ་བ་པར་ནད་པ་ཡོད་ན་ངན། རྒྱུ་འབྲིང་བསྐྱུས་
གསུམ་སྟོག་འདོན་དང་། བྱ་པོ་སྟོར་གསུམ་གང་སྐབ་དང་།
དབང་དང་རྩེས་གནང་ལོ་གངས་དང་། སྟོག་སྒྲུ་འཆི་སྒྲུ་སྒྲུ་བྱ།
ལྷས་བསྐྱར་མིང་བསྐྱར་བསགས་པ་གཏོར། མདོར་ན་རང་གི་སྐབ་
ཚོད་ཀྱིས། སྒྲུ་རིམ་བྱེད་པར་ཁས་སྒྲུངས་ནས། སྒྲུར་ཡང་ལན་གསུམ་
འདེབས་པར་བྱ། འཇུར་བ་མེད་ན་བཅོས་ཐབས་མེད།

དང་པོ་ངན་པའི་བྱར་བཤད་ནི། དོན་བྱ་དང་པོ་ལྷ་ལ་
བཟང་། བོར་སྟོར་ཡོད་ན་སྐྱར་བྱ་རྟེན། དེ་མིན་བན་བོན་ཞལ་ལ་
ཉོན། ཁྱ་བ་དང་ཁྱོད་ཐར་ཁ་མཆུའི་མདོ། བསང་དང་གསེལ་མཚོན་
དར་སྟོག་འཇུགས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་དོན་ནམས་འབྱུག།

བར་མ་ངན་པའི་བྱར་བཤད་ནི། སྤ་བྲག་ཅན་ལ་ས་བདག་
དང་། ལྷ་གཉན་རྒྱལ་པའི་གཞོན་པ་འདུག ། སྒྲོན་གཤམ་བོ་རྩེས་ཀྱི་
ལན། ལྷ་གཏོར་བརྒྱ་ཅ་ས་སྒྲོ་དང་། ལྷ་ཡི་གཞོན་གྱི་ལྷ་མདོས་
ཐོངས། གསེར་འོད་བརྒྱད་སྟོང་ལོར་ལྷག་གཟུངས། སྒྲུང་སྟོང་བྲག་
རྒྱ་བཏོན་ན་བཟང་། དོན་བྱ་གཞན་ལ་བཟང་བོར་བཤད།

མི་མ་རན་པའི་བྱར་བཤད་ནི། འོན་ཕྱིད་དང་པོ་རྒྱལ་ལ་
 འབྲིང་། བསྐྱར་བཤགས་བསང་འབྲུམ་ལས་ཅོ་བརྟེན། ལྷན་དང་
 བྱབ་བྱས་ཆེས་གནང་བ། མར་མེ་མཚན་བྱབ་བརྒྱུ་གསུམ་སྟོར། ལྷན་
 འགྲོག་སྲུབ་མདའ་དཀར་ནག་བཟུངས། བྱིས་པ་དགུ་ལ་ཡོས་བཅན་
 བྱིན། ཟངས་མཆུ་ཡོ་གངས་བཏོན་ན་དགེ། འོན་ཕྱིད་གཉིས་ལ་བཟང་
 པོ་ཡིན།

དང་པོ་བཟང་པའི་བྱར་བཤད་ནི། འོན་ཕྱིད་དང་པོ་རྒྱལ་ལ་
 ལྷུབ། ཆོད་བང་ཆོམ་དོ་ཆོག་བྱངས་འབད། བརྒྱ་བཞི་འབྱང་བཞི་ཆ་
 བཞི་གཏོང། ལྷ་མོའི་བསྐྱར་བཤགས་བརྒྱ་སྟོང་འདོན། བྲམ་འགོ་
 འབྲུམ་རྒྱུག་མཁྱོགས་པར་བ། ལྷ་རན་སྟེ་ལྷགས་འདོན་པའི་མི། ལུབ་
 དང་བྱང་ནས་འོངས་པས་ལན། སྟོད་སྟོང་བས་ནག་ཆས་ནག་ལན།
 ལྷ་འཛིང་ནང་དམེ་བྱས་པས་ལན། ལུས་བརྒྱར་མིང་བརྒྱར་གཞན་
 ལ་སྟོན། ལྷ་ར་ཡང་དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་ལ། གསེལ་བ་བཏབ་ནས་ལན་
 གསུམ་ཐོབ། དྲག་པོའི་བྱ་བ་ཀུན་ལ་བཟང།

བར་མ་རན་པའི་བྱར་བཤད་ནི། མོ་རན་ཀུན་གྱི་མཆུག་སྟེང་
 ཟེར། མི་དང་རྒྱགས་ལ་ནད་ཡམས་འོང། ཞིང་དང་མོ་རྟོག་སད་
 སེར་འཁྱེར། དམག་ཇག་རྒྱན་མས་སྟིང་ནོར་འཁྱེར། དེ་དག་འོང་
 བའི་ལྷ་ལྷས་ལ། དམར་དོ་ཁྲག་དོ་ཞེ་སྟང་ཅན། བྱང་དང་ཤར་ནས་
 ཡོང་བའམ། ལུགས་ས་མོ་མོ་གཏམ་རན་ཅན། སྟོད་དང་ལུབ་ནས་
 ཡོང་བ་གཏོང། གསེར་རིས་གཡའ་ཅན་བས་ནག་དང་། དམར་སེར་

རྟེན་པའི་རྩལ་གྱིས་ལན། དེ་ལ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་དང་།
 གསེར་འོད་གཟུངས་བསྐྱུས་གཟུང་ཡུམ་ཐོན། ལྷག་རྟོག་ཁྱུང་ཁྱའི་
 རྩེས་གནང་ཞུ། མཆོད་རྟེན་བརྒྱད་ལ་ན་བཟུང་གསོལ། རྒྱལ་མདོས་
 འབར་མའི་བསྐྱོག་ཆེན་བྱ། ལྷ་གཏིར་རྒྱ་གཏོར་ལོ་གྲངས་ཐོངས།
 ལྷ་འཁོར་འདོག་ཅིང་བསྐྱེན་པ་བྱ། གཞི་མོ་ནད་པའི་སྤྱི་རིམ་
 ཡིན། མཁུན་པོ་ཡིན་ན་ཕྱི་དལ་ཆེ། དེ་མེན་དོན་ལྷ་གྱུན་ལ་འབྲིང་།
 ལྷ་མ་རྩུང་ཟད་མ་དགའ་འདུག ། ལྷ་རིམ་རྩུང་ཟད་མ་ཁྱོགས་
 འདུག ། དེ་ལ་དེ་ཡི་ལྷགས་གྱིས་བཅོས།

ཕྱི་མ་དན་པའི་བྱར་བཤད་ནི། ལྷ་བྱར་འཇིགས་སྐྱུ་འཁོར་
 འཛིང་ངམ། བོར་སྤྱོར་ཁ་འགྱུད་སེམས་འགྱུད་དམ། ཉ་ཡིས་བརྒྱབ་
 བཅག་ཏམ་ངན་ཐོས། ནད་ཡམས་ཇག་རྒྱན་རྒྱག་རྟེན་ཡོད། ཡང་ན་
 ས་ཆེན་འགྱལ་བའམ། བགས་ལ་མེ་ཤོར་རྒྱ་ཆེན་བྱུབ། ཁ་ཆར་བྱ་
 ཡུག་འཆུབ་པའམ། ལྷ་ག་འབྱུགས་ཐོག་དང་སེར་བའམ་བཟ། དེ་དག་
 རྣམས་ལ་མ་སྟོས་ན། འདི་ལ་སྤྱི་རིམ་མཁུན་གསལ་པོར་དགོས། གཏུགས་
 དཀར་ཤེར་སྟེང་མཆོན་བཟོད་དང་། ལྷ་མ་རྣམས་འཛོམས་བྱུབ་ཁྱུས་
 བྱ། ཆོད་པག་རྩ་མཁུན་རྩེས་གནང་ཞུ། འབྲུང་བཞི་ཆག་སྐྱུམ་གཏོར་
 མ་ཐོངས། ཁྱུང་ཆེན་འགྱུག་ཅིང་བསྐང་འབྱུམ་བྱ། ལམ་བཅོས་ཟམ་
 བཅོས་སྤྱར་ཁ་བཅོས། དཔྱ་ལྷ་དཔང་བསྟོད་ལ་བཅོལ་བསྟོད། བྱེས་སྤྱི་
 འགྲོ་ན་རྩ་གཟུངས་དང་། སྤྱབ་མདའ་དཀར་ནག་བཟེས་ན་
 བཟང་། ཆོས་སྤྱོད་སྤྱི་ཡི་བསྐྱེད་བཤགས་དང་། རྟེན་ལ་མར་མེ

མཚན་བྱམ་སྒྲོན། ། ཉུག་པར་རྒྱང་མ་དར་མ་དང། ། ལྷ་བྱས་ཅན་ལ་མོ་
 འདི་རྒྱལ། ། འདི་ལ་བཅས་ཐབས་མ་བྱས་པར། ། མོ་མས་མ་མཐོང་མ་
 ཟེར་ཅིག ། སྒྲོག་ཕུ་བྱ་ན་རྒྱང་ན་མས་ལ། ། ལྷ་སྤྱང་གཉན་པོས་
 མགོན་སྒྱུབས་བྱེད། ། ཐག་རིང་མགོན་པོ་བྱེད་ལ་ཆེ། ། འོན་ཀྱང་སྐད་
 སྒྲན་ཐུར་དུ་ཐོས། ། འབྲལ་གྱི་བྱ་བ་སྤྲན་རྒྱང་ལ། ། ཟས་ནོར་རྟེན་ཅིང་
 བྱ་བ་འབྱུག། ། གནད་དམིགས་བརྒྱད་ཀྱི་བྱར་བཤད་གསལ་བའི་སྒྲོན་
 མེ་རྒྱགས་སོ། །

མོ་ཐེངས་གསུམ་བཏབ་པའི་བཤས་ལན།

དཔལ་ལྷན་ལྟ་མོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། མོ་འདི་ཐེངས་གསུམ་
བཏབ་པས་གསུམ་ཀ་བཟང་ན། མོ་དེ་ཁྱིམ་ལྟ་ལ་བཏབ་ན་དཔལ་ལྷན་
ལྟས་མཛད། རྒྱང་གྲོགས་དཔལ་གྱིས་བཟང་། རྒྱག་ལྟ་ལྟས་མཛད་
པས་བཟང་། རང་གྲོགས་རང་གིས་བཟང་། ཅི་འདྲོད་འབྱུང་བའི་
ངོ། དགལ་ལྟ་ལ་པར་བསྐྱེད་ཆུང་མི་ཆུགས་པའི་ངོ། དགལ་ལྟ་
དངངས་དང་ཉེས་འགྱུར་ཡོང་། རྟེན་མི་རྟེན་ལ་བཏབ་ན་བཅའ་བ་
བདག་པོས་རྟེན་པའི་ངོ། ཉེས་སྦྱོར་ཡོད་མེད་ལ་བཏབ་ན་མེད་པའི་
ངོ། དོན་ལྟ་ལ་མེད་ལྟས་སྦྱེད་པའི་ངོ། ཆོང་ལྟ་ལ་མི་མེས་ས་ལྟས་
བསྐྱེད་ཏེ་ཆོང་རྒྱལ་བའི་ངོ། སྤྱི་ལྟ་ལ་སྤྱི་ཡི་ཆུ་མིག་རྣམས་པའི་ངོ།
གདོན་ལྟ་ལ་ལྟ་འདྲིས་གཞི་ལམ་མཐོན་པའི་ངོ། གདོན་མེད་པའི་ངོ།
གཤིན་ལ་ཤི་ཁ་ཆོད་པས་བཟང་། ལས་བྱེད་མི་བྱེད་ལ་ལྟས་གྲོགས་
བྱེད་པས་གང་བྱས་འབྲུབ་པའི་ངོ། བད་པ་ལ་བཟང་ཐལ་བ་ཡིན་
པས་རིམ་གྱི་ཅི་འབྲུབ་ལ། མོ་དེ་ཤིན་ཏུ་བཟང་བར་གདལ།

ཐུགས་ཉེས་བཟང་སྟེ་ཕྱི་མང་ན་ན་ཁྱིམ་ལྟ་ལ་ལྟ་འདྲིས་གདོན་
པའི་ངོ། རྟོན་ཕྱགས་ལ་ཤོད་ཁའོང། རིམ་གྱོད་ངག་ཡང་འགྲུགས་
ལ། མ་ཕྱབ་ན་གཞི་འོད་ཟོན་ཕྱིན་འདོན། རྒྱག་ལྟ་ལ་ནད་ངོ་ཆེ་སྟེ་
ཤི་ཆད་མེད། བད་པ་ལྟར་དུ་མི་མོས། རིམ་གྱོད་ལྟ་མཛོད། གདོན་
གྲོགས་ ཆོ་གཟུངས་འདོན། དུས་ཀྱི་རིམ་གྱོད་འབད་པར་གྱིས།
དགལ་ལྟ་དགལ་གྱིས་ཐེབས་ཏེ་དགའ་ཡོད་ཀྱང་མི་ཆུགས་པའི་ངོ།

གྲོགས་ཕྱ་ལ་གྲོགས་ཤིག་ཡོད་འདྲ་ཉེ་མེད་པའི་ངོ་ བྱི་གྲོགས་ནང་དུ
 མ་འདུས། བྱང་གྲོགས་དུ་མ་གཅིག་ཕྱིར་ཤོར་བའི་ངོ་ ལྷར་ཤོར་ན
 དེས་ཐུབ། རྟེན་མི་རྟེན་ལ་མི་རྟེན་པའི་ངོ་ ལམ་ཕྱ་ལ་ཕྱི་དལ་ཞིག
 འདུག འོང་འདྲ་ཡང་མི་འོང་བའི་ངོ་ སོང་མ་སོང་ལ་འགྲོགས་ཏེ་
 སོང་བའི་ངོ་ ཉེས་སྦྱོན་ཡོད་མེད་ལ་གྲོགས་ཀྱིས་གོ་མ་ཆོད་པས་གྱོད་
 ཁ་དུ་མ་གཅིག་ཡོང་བའི་ངོ་ དོན་ཕྱ་ལ་གཞན་གྱིས་སྤུལ་འཇུག
 དཀའ་བའི་ངོ་ ཐབས་བྱས་ན་འཇུག་པའི་ངོ་ ཆོང་ཕྱ་ལ་གཞན་
 བར་དུ་ཞུགས་ནས་འགྲིག་པའི་ངོ་ སྤྱི་ཕྱ་ལ་མི་མང་འཕེལ་བའི་ངོ་
 བད་པ་ལ་གདོན་དུ་རྒྱལ་པོ་གཞོན་པས་ལྷག་དཀར་པོའི་ཆོ་བར་ཐོངས།
 མ་མཐོང་ བྱི་མདོས་དང་ཁྲམ་མདོས་ལྟ། རྒྱལ་པོ་དཀོར་མདོས་ལྟ།
 གཙུག་ཏྱར་སྟོང་འདོན། བྱི་སྤྱང་མ་མཐོང་རིགས་མདོག་འབས་བྱ་ནག་
 ལྷག་ནག་གིས་བསྐང་གསོད་པ་གསོལ་མཆོད་ལྟ། རང་གི་ཉེ་འབྲེལ་གྱི་
 དུལ་སྦྱོགས་ནས་རྒྱལ་པོས་སྦྱོན་བྱས་པའི་མོ་འདྲེ་གདོན། བཅོས་
 བསྐྱར་ལྟ། ཉེ་སྦྱོགས་ཀྱི་འགྲུལ་བ་བསྐྱར། བྱད་མེད་ཀྱི་སྦྱོགས་སུ་
 མཆོད་རྟེན་བཅིགས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ནང་པ་འཆོ་ཉེ་བཟང་།
 འགྲུབ་མི་འགྲུབ་ལ་དེ་ཅུ་མི་འགྲུབ་པའི་ངོ་ ལྷ་ལ་གསོལ་མཆོད་
 བྱས་ན་བཟང་ཉེ། མོ་འདྲི་འཕྲིང་ཅུ་ཡིན།

མོ་སྤུལ་བཟང་ཉེ་བྱི་མ་གཉིས་རན་ན། བྱི་ཕྱ་ལ་གདོན་
 ཞུགས་པའི་ངོ་ གོད་ཁ་དང་ན་ཆ་ཕན་ཆོགས་ཡོང་བའི་ངོ་ རི་མ་
 གོད་སྤྱང་མ་མཆོད། ཀླང་ཐང་གཉིས་གདོན། དེ་ལ་གཉི་བྱེད།

སྒྲིག་ཕྱེ་ལ་ན་ཆ་འབྱུང་བའི་དོ་ཡིན་ཀྱང་འཆིང་མེད། རྟོན་ཕྱེ་ལ་ལྟས་
 རྒྱུ་བ་པས་རྒྱུར་ལ་མི་རྒྱགས་པར་ལ་མི་རྒྱགས་པའི་དོ། སྒྲིགས་ཕྱེ་ལ་
 གཡང་གི་སར་གདོན་ཞུགས། སྒྲིགས་ཁའགགས། བཅོས་ན་སྒྲིགས་
 རྒྱུ་ཕྱེར་འཆོར་བའི་དོ། རྟེན་དམ་བྱས་ན་ཡུན་རིང་འགོར་ན་རྟེན་
 པའི་དོ། སང་མ་སང་ལ་སང་བའི་དོ། འང་མི་འང་ལ་འང་བའི་དོ།
 ལྟས་ར་གདོན་ཞུགས་པའི་དོ། དེ་ལ་བཅོས་ཀ་བྱས་ན་མི་མ་བྱས་པ་
 མེད་པའི་དོ། བད་པ་ལ་མོ་གདོན་མོ་གདོན་གདོན་པའི་དོ། ཆེ་
 གཞུང་ས་འདོན། གཙུག་ཏོར་སྟོང་བསྒྲིག་བྱ། མ་ཐུབ་ན་སྤང་མ་
 རེ། གོ་མཆོན་ལྷུས་ལ་འདོགས། དུས་དུས་ཀྱི་རིམ་གྱོ་མ་ཆག་པར་
 མཛོད། དེ་ལྟར་བྱས་ན་མི་ཉེས་ཏེ་བཟང་། སྤྱིར་མོ་འདི་འབྲིང་ཅམ་
 སོ།

ཐེངས་བར་མ་རན་ལྷ་ཕྱི་གཉིས་བཟང་ན། བྱིས་ཕྱེ་ལ་རོ་
 འབག་དང་མི་གཙང་བ་ཕོག་པའི་དོ། དམར་དོ་ཁྱག་དོ་དང་ཤུབ་
 འབར་འབྱར་གྱི་དོ་ཡིན། རིམ་གྱོར་ཁྱུས་དང་བསྐྱང་བཤགས་བྱ།
 ལྷ་འབྱམ་དང་སྤང་སྟོང་འདོན། ཆབ་གཏོར་ལྷ་གཏོར་གཏོང་།
 སྒྲིག་ཕྱེ་ལ་མོ་འདྲེ་དང་ལྟ་ལངས་ཀྱི་དོ་ཡིན། ལྟ་ལ་གྲིབ་ཕོག་པས་གྲིབ་
 སེམ་རྒྱས་པར་བྱ། ལྷ་བཟང་པོ་མཆིས་པའི་དོ། དེ་ལ་གསོལ་མཆོད་
 ཡང་ཡང་བྱ། དལ་ཕྱེ་ལ་མི་ནོར་ལྟས་སྤང་བས་འཆོར་དོ་མེད།
 སྒྲིགས་ཕྱེ་ལ་མི་སྒྲིགས་ལྟས་མཛོད་པས་སྒྲིགས་ཡོད། རྟེན་མི་རྟེན་ལ་
 ཁ་མཆུ་ཡོང་བའི་དོ། རྟོན་ཕྱེ་ལ་མི་དོ་ཡོང་བས་གནང་བའི་དོ།

ཚེངས་ལྷ་ལ་ཚེངས་ལྷ་ལ་པའི་དོ། ཉེས་སྦྱོན་ཡོད་མེད་ལ་མེད་པའི་དོ།
 ལམ་ལྷ་ལ་ཡོད་པའི་དོ། མོང་མ་མོང་ལ་མོང་ཉེ་དོན་མེད་པའི་དོ།
 གྲིལ་ལྷ་ལ་ཉེས་དཔལ་ཉེར་བས་བྱ་སྒྲེལ་པའི་དོ། ལམ་ལྷ་ལ་སྤྱང་མ་དགའ་
 པའི་དོ། བསམ་པ་འབྱུང་པའི་དོ། བད་པ་ལ་གདོན་འདྲེ་མེད།
 ཚེ་ཉམས་པས་ཚེ་གཡང་ཁ་སྤྱོད་བྱ། མི་གཙང་བ་ཕྱག་པས་ལྷ་སྤྱང་
 གཡེལ་བས་དེམ་གྱིར་ལྷ་ལེལ་བྱ་ལེལ་བྱ། ཆབ་གཏོར་གཏོར། ལྷ་
 བརྒྱད་མ་མའི་མདོས་དང་མཆོ་སྤྱན་གྱིར་མདོས་བྱ། མ་ལྷ་འི་གྲོ་སྒྲེད་
 དང་གསེལ་མཆོད་བྱ། དེམ་འཕེལ་སྤྱོགས་ངན་སྤྱང་། དུགས་མོ་
 དང་མི་སྤྱོད། གོས་ཟས་མི་བསྐྱེ། འདི་ལྷ་རྒྱུད་ན་ཉེས་གྲིབ་ཕྱག་
 པས་བྲུས་ཆོག་བྱ། མ་མའི་གྲིབ་ལེལ་འབད་པར་བྱའོ། མོ་འདི་
 འཕྲིང་ཅམ་ཡིན།

ཐེངས་བར་མ་བཟང་ལྷ་ཕྱི་གཉིས་ངན་ན། ཕྱི་ལྷ་ལ་སྤྱན་
 བཅན་འགོ་སྒྲེལ་བཟང་། གྲིལ་ལྷ་ལ་ཉེས་དགའ། ལྷ་ས་དང་ལྷ་གསེལ་
 བྱ། སྤྱོད་གདང་། དག་ལྷ་ལ་དག་ནད་གྲིས་ཐེབས་པས་ཕར་བཞོལ་
 བ་བཟང་། གྲིགས་ལྷ་ལ་ཕྱི་གྲིགས་ནང་དུ་ལྷགས་པས་གྲིགས་ཡོང་།
 མི་སྦྱོར་དང་ནོར་སྦྱོར་ཉིད། ཉེས་སྦྱོན་ཡོད་མེད་ལ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་
 དོ། དོན་ལྷ་ལ་མི་ངོ་མཐོ་སྒྲེག་ནང་པའི་དོ། ཚེངས་ལྷ་ཚེངས་ལྷ་ལ་པའི་
 དོ། གྲིལ་ལྷ་ལ་ཉེས་དཔལ་ཉེར་པའི་དོ། ལམ་ལྷ་ལ་སྤྱང་མ་དགའ་
 བྱས་འབྱུང་པར་བྱེད་པའི་དོ། བད་པ་ལ་སྤྱན་སྤྱན་གདོན་པས་སྤྱ་
 བརྒྱད་གྱི་ཆོག་བྱ། ལྷ་འི་བདར་དག་སྦྱོར་བྱ། མཆོ་སྤྱན་གྱིར་མདོས་

བྱ། མགོན་ཕྱ་ལ་ནི་མ་རུབ་སྟོགས་ཀྱི་འབྲུལ་རན་བསྐྱང་བར་བྱེ།
མོ་འདི་བཟང་བར་གདེ།

ཐེངས་ལྷུ་མ་རན་ཕྱི་མ་གཉིས་བཟང་ན། དཀར་ཆོས་ཅི་
འབྲུབ་ཅིག་བྱས་ན་བཟང་། སྤྱིང་གཏམ་གསར་བ་ཅིག་ཐོས། མི་
འབྲུབ་བསམ་གུང་འབྲུབ་པ་ཡིན། ལྷ་དོན་ལ་དཀར་ལས་ཆེ། ལས་
འབྲུབ་པར་བྱ་བ་ཡིན། སྤྱི་ཕྱ་ལ་རིམ་གྱི་བྱས་ན་བཟང་། གཤིན་ལ་
རན། བད་པ་ལ་བཟང་སྟོང་ལོ་གངས་འདོན། རྒྱལ་པོ་ལྷ་མ་དུ་ལྱི་
མདོས་བྱ། ཆོས་སྤྱིང་སྤྱང་མ་དང་ལྷ་མ་མཆོད་པའི་ཕྱ་མཆོད་ན་
བཟང་། གྲིབ་ལ་འདྲེམ། མགོན་པོའི་བསྐྱང་གསོལ་བྱས་ན་ལྷ་
ལས་ཕྱི་མ་བཟང་། སྤྱི་ཕྱ་ལ་བཅན་ཞིག་མཆོད་པའི་མ་དཀར་བས་
ན་ཆོ་འབྱུང་དོགས་ཡོད། རིམ་གྱི་བཅན་མདོས་གཏོང་། ལན་
ཆགས་གཏོར་མ་གཏོང་། དཔལ་ཕྱ་ལ་དཔལ་པོ་ཡོད་ཀྱང་དཔལ་བཞྌ་ག་
དང་དཔལ་སྤེམ་ན་པས་བྱུང་པོ། སྤྱི་ཕྱ་ལ་སྤྱི་ཕྱ་ལ་དུ་མ་ཅིག་ཡོད།
ལྷ་ར་དུ་མི་འོང་། རྟེན་མི་རྟེན་ལ་ཕུན་རིང་འགོར་ཏེ་རྟེན་པའི་ངོ་
ལས་ཕྱ་ལ་ལྷ་ར་དུ་ཡོང་བའི་ངོ་ རྟེན་སྤྱི་ཕྱ་ཡོད་མེད་ལ་རུང་བད་ཡོད་
པའི་ངོ་ དོན་ཕྱ་ལ་ལྷ་གསོལ་བྱས་ན་ལྷ་པོ་ལྷ་སྤྱི་བ་པས་དཀར་བའི་
ངོ་ ཆོང་ཕྱ་ལ་ཆོང་འབྲིག་པའི་ངོ་ སྤྱི་ཕྱ་ལ་སྤྱི་ཡོད། ལས་ཕྱ་ལ་ལྷ་
གཡོང་བས་མི་འབྲུབ། ལྷ་བྱས་དང་ལྷ་གསོལ་གཅིང་ལྷ་བྱེད། ཡང་
ན་ནད་པ་ལ་བདུད། རྒྱལ་པོ། ཐེའུ་རང་གི་མོ་གཏོད་པས་འདྲི་
བཅོས་དང་རྒྱལ་བཅོས་སྤྱིང་བཞྌ་ག་བདུད་བཞྌ་ག་ཐེལ་མདོས་སོགས་

བྱ། འཐབ་དང་འཁོན་ལ་འདྲོམ། མོ་འདི་འབྲིང་ཅམ་ཡིན།

ཐེངས་ལྷུ་མ་གཉིས་དཔྱ་ཅིང་ཕྱི་མ་བཟང་ན། ཕྱི་མ་ལྷུ་ལ་ཐབ་གཞོབ་ཐོག་པས་ཁྱུས་དང་ཐབ་གཞོན་བྱ། སློག་ལྷུ་ལ་ན་ཆ་ཅི་བྱུང་ཡང་མི་འཆི། གདོན་མེད་ནད་གཞི་ཆེ། དྲུག་ལྷུ་ལ་དྲུག་ནད་ཀྱིས་ཐེབས། ཁས་དྲུག་འོང་སྟེ་མི་ཚུགས་པའི་དོ། ལྷུ་ལ་གསོལ་མཆོད་བྱ། སློགས་ལྷུ་ལ་སློགས་གཞན་གྱིས་བྱིར་བས་མི་ཐོབ། རྟེན་མིན་ལ་ནོར་སྟོར་རྟེན་པའི་དོ། ཡེ་ཡོང་ལ་ལྷུར་དུ་འོང་སྟེ་འགྲོད་ཅིག་འདུག་ཡེ་སོང་ལ་མ་སོང་བའི་དོ། ཉེས་སྟོན་ཡོད་མེད་ལ་ཆེར་མེད། དོན་ལྷུ་ལ་ནོར་ཡོད་མེད་མི་ཉག་པའི་དོ། ཆོང་ལྷུ་ལ་ཆོང་རྒྱལ། སླིབ་ལ་གསེར་ལས་དགོན། ལས་ལྷུ་ལ་ལྷ་ལས་རྒྱལ་བས་མི་འདིག་པའི་དོ། བཟང་ཐབས་ཀྱིས་བྱས་ན་འབྲུབ་པའི་དོ། བད་པ་ལ་ཁྱུས་གཞོན་པས་ཁྱུའི་ཆོག་དང་ཁྱུས་བྱ། བརྗེས་ཆོད་བང་། བོན་པོས་གཡང་འགྲགས་བྱས་ན་བཟང་། གཉོར་མ་བརྒྱ་བཞི་བྱ།

གསུམ་ཀ་དཔྱ་ན། ཕྱི་མ་ལྷུ་ལ་འདྲོ་དང་ལྷུས་དཔྱ་སྟོགས་པ་འོང་། སློག་ལྷུ་ལ་ལྷ་བདུད་དུ་བབས་པས། སློག་དུར་དུ་ཁྱགས་ལྷུར་དུ་འཆི། དྲུག་ལྷུ་ལ་དྲུག་ལ་གཞུ་བདུང་ཁོང་མེད། ཡེ་རྟེན་ན་མི་རྟེན། དོན་ལྷུ་ལ་ཁྱགས་ལྷུས་ཀྱང་མི་ལ་དོ་མེད། ལྷུ་ལ་མ་བྱུ་མེད་པས་དོན་མི་འབྲུབ། ཆོང་ལྷུ་ལ་ཆོང་མི་འགྲིག་གཡ་ཉེ་འགྲིག་ཀྱང་ཞལ་ཆེ་པམ་པའི་དོ། སླིབ་ལ་བྱ་མོ་སྟེ་བའི་དོ། ལས་ལྷུ་ལ་ལས་གང་ཡང་མི་འབྲུབ་པའི་དོ། བད་པ་ལ་འཆི་བའི་དོ། གདོན་ལྷུ་ལ་གདོན་ཐམས་

ཅད་ལངས་པའི་ངོ་། རིམ་གྱོ་ཆེན་པོ་བྱ་དགོས། ལྷ་ཐུང་ལ་གསོལ་
 མཆོད་བྱ། སྤྲུལ་རྒྱས་པ་ཅན་ལ་དབང་བྱས། རྣམ་འཛོམས་སྤྱོད་
 ཟུག་བྱ། འབྲམ་ཉིན་འདོན་བྱ། གཟུངས་སྤྱི་ལྡི་ཆོག་འཆི་བྱ།
 བོན་རུས་མི་གཅིག་པ་གསུམ་གྱིས་ཤ་རུས་དགུ་མདོས་བྱ། དཔྱ་སྤྱི་
 མན་ན། དཔྱ་ལྷ་དཔང་བསྟོད་བྱ། གཞན་གྱི་བྱ་དཔྱར་ཁ་ཁོད་ད།
 བརྒྱ་བཞི་འི་ཆོག་སྤྱོད་བརྒྱད་ཀྱི་ཕྱིར་བསྟོན། གཏོར་བསྟོན་བྱ།
 ཅིལ་བཏབ་ཁྱུང་ངན། ལྷ་ལ་མི་གཅོང་བ་སྟོན་པས་ཟུག་དང་གི་བ་
 སེལ་བྱ། རྣོས་བདུད་ཀྱི་ཞལ་བསྐྱར་དང་། བདུད་མདོས་ལུག་ནག་
 ཐུད་དུ་ཐོངས། རོར་སྒྱིང་དང་འདྲ་བ་བཏང་ན་བསྟོན་ཅམ་ཡོང་།
 མ་ཐེངས་གསུམ་བཏབ་པའི་བབས་ལན་རྫོགས་སོ།།

ཤོ་རྟེན་བཅའ་རྒྱལ།

ལུང་བ་ཁ་བྱང་དུ་བསྟན་པའི་ཆོར་ནག་ལ་བཞོ། དེ་ཡང་
 དཀར་ནག་མཐིང་གསུམ་དགོས། ཤོ་རྟེན་ལ་རི་མོ་ཉེར་གཅིག་རེ་བྱ།
 རི་མོ་འགོད་ལུགས་ནི། རྟེན་འོག་གཉིས་ལ་རི་མོ་གཅིག་དང་ལྷ་རེ་
 ཟུར་བཞི་ལ་རིམ་པ་བཞི་ན་དུ་རི་མོ་གཉིས། གསུམ། བཞི། རྩལ་
 རོགས་དགོད་པར་བྱའོ། གཞུང་ནས་བཤད་པའི་ཤོ་རྟེན་དང་།
 གདན་གཞི་དཀར་པོ་བྱི་མེད་དང་། ཅ་ཀ་ལ་དང་མཆོད་གཏོར་དང་།
 ཆང་ཕུད་ཟས་ཕུད་ཆང་བར་བསགས། གཏོར་མ་ཕུད་ཉེ་མོ་བདར་
 ནས། ཐེ་ཆོམ་མེད་པའི་སེམས་ཀྱིས་ནི། གསོལ་བ་བཏབ་ལྟེ་མོ་
 བཏབ་ན། འདི་ཡིས་བཟང་ངན་གསལ་བར་སྟོན། ཤོ་བཏགས་ལྷ་

ཚེགས་ལྷན་ན་ཡང་། གཅིག་ཏུ་ལྷ་ཚང་མ་མཐོང་བས། འབྲུག་ས་པ་
 བཞེབས་ཤིང་འཐོར་བ་བསྐྱུས། མི་བསྐྱོད་དགུས་བཞད་རྫོང་རྒྱུས།
 བཀོད་པས་འགྲོ་ལ་ཡན་ལྷན་ཅིག ། དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་དཔག་ཐོར་
 ལྷལ་མོ་མི་སྒོ་ནས་ཤོ་བཞག་ཚུལ་ཀྱན་གསལ་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་རྫོགས་
 ས། ། མཁྱ་ལ།

གུ་ཅ་ཐོད་ཐོང་ཐོང་ལྷ་མོ་མི་ལག་

རྫོང་མཐོང་ལྷན་གསལ།

༡༡། ལྷ་མོ་ཐོད་ཐོང་ཚུལ་ལ་འདུད། ཐོད་ཐོང་ཐོང་ལྷ་མོ་རྟེན་
 འབྲེལ་གྱི། ཐོང་མོ་རྫོང་མཐོང་ལྷན་གསལ་གྱི། ལྷ་མོ་རྒྱལ་དད་གུས་
 གྱིས། གསེས་བཤད་བསམ་བཞིན་མོ་བདར་ཏེ། ཐོང་བལྟ་རེ་བཅད་
 པའི་རྒྱུས། གཅིག་བབས་བུར་ཐོད་ཐོང་ཡིན། གཉིས་བབས་བཟོ་
 ཐོད་ཐོང་དང་། གསུམ་བབས་རྟེན་ཐོད་ཐོང་ཚུལ། བཞི་བབས་པར་
 ཐོད་ཐོང་དང་། ལྷ་བབས་ཀྱི་ཐོད་ཐོང་རོ།

གཅིག་བབས་བུར་ཐོད་ཐོང་།

བུར་ཐོད་ཐོང་ལ་བབས་ན། གཞི་ལྷ་རི་རབ་བཞིན་ཏུ་
 བཞག། ལྷ་དཔོན་ཡིན་ན་ཤིན་ཏུ་བཟང་།

ཚེས་ལྷ་ཅི་བྱས་ཚེས་སུ་འགྲོ། རྫོགས་ཆེན་ཉམས་ལེན་འབད་
 ལུས་ན། མཚོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་འབད་མེད་འཐོབ།

དོན་ལྷ་བསམ་པའི་དོན་ཐམས་ཅད། ལྷ་མོས་འགྲུབ་ཅེས་གྲུ་
 ཅུས་གསུངས།

ཆོང་ཕུ་ཁེ་རྒྱལ་ཀྱི་ལོན་ནས། ལུ་རྩ་རང་ཡུལ་བདེ་བར་
ཕྱིན།

ནོར་ཕུ་ཟས་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི། ཡར་ངོས་སྒྲ་བཞིན་འཕེལ་
བར་འགྱུར།

སྤྱི་ཕོ་བསྐྱོད་ནམས་དཔལ་ལྡན་བྱ། མང་དུ་འབྱུང་ཞིང་བཀྲ་
ཤིས་སོ།

མགོན་པོ་གཏམ་སྟན་དང་བཅས་ཏེ། ལུ་རྩ་རང་བྱིམ་སྤྱི་བ་
པར་ངེས།

ནད་པར་སྒྲན་དང་རིམ་གྱོ་སྟགས། མེད་ཀྱང་ནད་གདོན་ཀྱི་
ལས་གྱོལ།

གདོན་ནི་ལྷ་སྤྱང་རྒྱལ་འགོང་ངམ། ཐེན་རང་འགོང་བོ་སྒྲ་བ་
འདྲེས་གནོད།

རྩལ་ནི་མེད་པོ་འོད་ཅན་ནམ། མགོ་ལྷ་མཆོད་རྩལ་ལྷ་རྟེན་
གདོན། འོངས་པ་སྒྲ་ཆེན་དཔོན་ཆེན་ནམ། དགོན་ཆེན་ཡུལ་ཆེན་
སྟགས་ནས་འོངས། བུ་ལྷགས་མགོ་དང་རོ་སྟོད་དང་། སྒྲོ་སྟོང་
དབྱགས་མེ་བདེ་བའོ། རིམ་གྱོ་སྟོན་འི་བྱ་བ་བྱས་དང་། བསྐྱང་གསལ་
ཆོགས་བརྒྱ་བསྐྱང་བརྒྱ་གཙོ། དབང་ནི་རིག་འཛིན་འདུས་པ་
སྟགས། སྒྲ་བཀྲ་བཀྲ་བཞིན་བསྐྱར་ན་པམ། གཏོ་ནི་གྲིབ་སེལ་གྲིབ་
གཏོ་དང་། རྒྱལ་མདོས་འགོང་བོ་དགར་བགཅེས།

བོར་བ་ཐག་ཏེ་རང་ཡུལ་ནས། རྟེན་ཅིང་མ་བཅས་ན་ཡང་

ཡོད། མཐུ་སྐགས་ངན་ལས་ལམ་མི་འགྲོ། འོན་དེ་ཕྱི་ན་ན་དོན་
བཟང་འབྱུང། མོ་འདི་བཟང་ལས་ཐམས་ཅད་ལ། མཆོག་ཏུ་བཟང་
བར་ཐག་བཅད་དོ།

གཉིས་བབས་བཟ་ཐོད་ཐོང་།

བཟ་ཐོད་ཐོང་ཆལ་བབས་ན། གཞི་ལྷ་རྩོམ་ལྷ་བཏན་
ཀྱང་། དཔལ་མགོན་ཆོགས་བདག་དཔལ་ལྷ་ནམས། ལྷ་དུ་མཆོད་
ཅིང་བཟན་པ་གཅིས།

ཆོས་ལྷ་གསོལ་འདེབས་ཡིག་བརྒྱ་ལ། འབད་བཞིན་ཐོས་
བསམ་སྒྲུབ་གསུམ་ལ། བཙོན་ན་ལམ་ཉགས་ཡོན་ཏན་ལྷ་དུ། ལྷ་སྐལ་
རྩོམ་ཐོད་ཐོང་ཆལ། བསྐྱབས་ན་བྱིན་སྐྱབས་དངོས་ཀྱི་བརྒྱུད། ཡང་
ན་ཐུགས་རྩོམ་ཐོད་དང་། ལྷ་དུ་བསམ་ལྷ་མོ་བསྐྱབས་ན་ལེགས།

དོན་ལྷ་བསམ་པ་ལྷ་དུ་ལ། ཁ་ཏོན་བྱས་ན་ཅི་བསམ་
འབྱུང།

ཆོང་ལྷ་ཆོང་ལྷ་ཆོགས་བདག་ལ། གསོལ་མཆོད་བྱས་ན་ཆོང་
ལས་ཀྱི་ལ།

ནོར་ལྷ་ལྷོན་ནོར་ལྷ་ཡི། གཡང་འཁོད་འབད་ན་ལྷ་ག་ཅིང་
འཕེལ།

སྤྱི་ལྷ་བཀའ་ཐང་གཞིར་བྲིས་ལ། ལྷ་དུ་ཁ་ཏོན་བྱས་ལྷ་
ན། བཙོན་ཐམས་གསུམ་ལྷ་དུ་འདོམས།

མགོན་པོ་ལྷ་དུ་མ་སྤྱོད་ཀྱང་། བསྐྱབས་བསྐྱབས་ཏེ་བདེ་

བར་འོང།

ནད་པར་བཀའ་བསློན་བྱེད་སྐབས་སྤྲོད། ཅུང་ཟད་ཅམ་གྱིས་
ཟུར་དུ་སོས། ཡང་ན་སྤྲོད་དུང་རིམ་གྱི་དགོས། ཆོལ་སྤྲོད་མེད་ན་
ངོ་ཡིན།

གདོན་ནི་འདྲེ་ངན་འབྱམས་པོ་འཕ། མོ་གདོན་ལྷ་གཉན་ཡུལ་
ལྟ་འབྱུགས།

ཐུས་ནི་ནག་རིགས་ནག་གསུམ་མཁ། མོ་ཆས་ཀྱན་གོས་སྤྱེ་
ནོད་སྟོང་། འོངས་པ་ཤར་གྱི་སྤྱོགས་ཉིད་དམ། ཉེ་དུ་གན་གོན་བྱང་
མེད་གྱི། ལག་ནས་འོངས་པའི་ཐུས་ནག་གོ། བ་ལྷགས་མཁལ་སྤྱོད་
རྒྱང་ལག་དང་། གུང་གཞི་གཟེར་བྱུག་རྒྱང་ཆད་ཆེ། རིམ་གྱི་ལེའུ་
(གུའུ་ལེ་བདུན་མ) བདུན་སྟོང་འདོན་དང་། གདོན་སྤྱོད་ཆོགས་ལ་
དགའ་སྟོན་དང་། མ་མོ་མཁལ་འགྱུར་འབྱུག་སྟོང་གཅི། ཐང་ཡིག་
ཐེ་ཐུ་མཆོན་འདོན་དགོས། དབང་ནི་དམ་པ་རིག་བརྒྱ་ཡི། དབང་
བསྐྱར་ལོ་གངས་བསྐྱར་བའམ། ཞི་ཁྱོ་སྟོང་མཆོད་བྱེད་པ་གཅེས།
གཏོན་ནི་མ་མེད་ཁྲམ་མདོས་དང་། འབར་མའི་འཕྲིན་ལས་མཆོག་ཏུ་
པན།

ཐོར་བ་ཤར་གྱི་སྤྱོགས་སྤྱོད་ཆོལ། ཡང་ན་སྤྱོད་ནང་མཆོམས་ནས་
ཉིད། མཐུག་ཉིད་སེལ་དང་སེར་བ་ཡི། སྤྲོད་དུ་བསྐྱོན་བསྐྱབ་ཐམས་
ཅད་གཅི། མོ་འདི་བཟང་ངན་ལས་གང་ལ། འཕྲིང་རབ་ཡིན་པར་
ཐག་བཅད་དོ།

གཤམ་བབས་རྩ་ བོད་ཟེང་།

རྩ་བོད་ཟེང་ལ་བབས་ན། གཞི་ལྟ་རིན་ཆེན་ལྟར་ཐུག་
ཅིང་། འཁོར་བོས་གནོད་པ་དགར་བ་གཅེས།

ཆོས་ལྟ་སྟོ་ཅེ་ཞུ་ལ། གཏོད་བཞིན་རི་ཁྲོད་འགྲིམ་པ་འཕ།
ནལ་འཕྱོར་ཆོགས་སུ་བསྐྱེད་ཆོགས་ལ། བཙོན་པ་དང་མཚུངས་
ཉམས་ཉོགས་རྒྱས། ལྟ་སྟེ་ཞུ་རིན་པོ་ཆེ། བོར་ལྟ་གཏོར་དུ་
བསྐྱབ་པ་འཕ། གང་ལྟར་བསྐྱབས་ཀྱང་རིམ་གྱིས་འགྲུབ། ཡང་ན་ཉ་
ཁྱེད་འབར་བ་འཕ། དབང་ཐུག་ལོར་ལྟ་བཞིན་ན་ལེགས།

དོན་ལྟ་ལྟ་བ་ཆེ་ཆུང་གང་། བྲེལ་ན་ཐུར་དུ་མི་འགྲུབ་པས།
བསམ་པ་ལྟན་ཐུར་ལ་འབད་ན། རིམ་གྱིས་དོན་དང་ལྟན་པར་
འགྲུབ།

ཆོང་ལྟ་ཁེ་སྐྱེད་འབྱིང་ཅམ་ཞིག ། འགྲུབ་ནས་ཡུན་གྱིས་
འོང་བ་ཡིན།

བོར་ལྟ་ལྟ་བོར་ཐོས་གསུམ་ཐོགས། གཏོར་ཆེན་དུ་མ་སྐྱས་པ་
དང་། ཞུན་ལོར་ལྟ་འབྲུམ་དགོས།

སྤྱི་ལྟ་བཀའ་ཐང་བརྒྱ་འདོན་དང་། ཆོས་བརྒྱ་ཆོགས་འཁོར་
མང་ཕུལ་ནས། ཞུན་ཉེན་ལ་ཐུག་བསྐྱོར་ན། ལུ་མོས་ཐོག་དངས་ལུ་
མང་འབྱུང་།

མཁོན་པོ་ཕྱི་དལ་ཆེན་ཡང་། དོན་དང་དགྲ་པོ་གང་ཡང་
མེད།

ནད་པར་ཁང་ནད་བབ་ཕྱི་ཞིང་། ཡུན་ངོ་ཆེ་ཡང་སྲིག་སྒྲིབ་
མེད།།

གདོན་ནི་ས་བདག་ཁྱུ་གཉན་ནམ། སྲོན་གྱི་ལས་ངན་བསྐྱབས་
པའི་ངོ་།།

རྩལ་ནི་གསེར་དངུལ་གོས་ཕྱག་སྲིག་སྲི། རིན་ཐང་ཅན་གྱི་ནོར་
རྩལ་སྲིག་སྲི། འོངས་པ་རྩོད་མི་སྲིག་སྲི་ཉིད་དམ། ས་རྒྱ་ཞིང་གཉན་
སྲངས་ལས་བྱུང་། བ་ལྷགས་པོ་ཁོང་རྒྱ་གཟེར་རམ། གཉིད་མེད་
ཟས་སྒྲིམ་མི་འདོད་ཅིང་། ཤ་འགྲུལ་རྒྱག་གཟེར་སྒྲ་ཆོགས་འོང་།
རིམ་གྱོ་སི་ཉིད་སྒྲ་དར་དང་། སྒྱིབ་སྒྲིབ་ཕྱག་མཆོད་ཞི་ཁྲོ་བདུན།
སྒྲ་ཆོག་བཀའ་ཐང་བདུན་འདོན་དང་། ཆོགས་མཆོད་བཤགས་པ་
གང་མང་དགོས། དབང་ནི་རྩ་རྒྱུང་འབར་བ་ཡི། རྩལ་གནད་སྒྲན་
སྒྲིའི་དབང་སྒྲུབ་དགོས། གདོན་ནི་བརྒྱ་བཞི་སྒྲ་བཞེན་གྱི། མདོས་དང་
ཤེར་སྒྲིང་བདུད་བརྒྱུག་གཅེས།

བོར་བ་རྩོད་མི་སྲིག་སྲི་འཆོལ་ལམ། ཡང་ན་ཞག་འགའ་འགོར་
ནས་རྟེན། དྲག་ལས་གང་ཡང་འགྲུང་པ་དང་། འོག་སྒྲུག་འབྱམས་
གསུམ་འབྱུང་བར་འགྱུར། མོ་འདི་བཟང་ངན་གང་ལ་ཡང་། འཕྲིང་
ཅམ་ཡིན་པར་ཐག་བཅད་དོ།

བཞི་བབས་བརྒྱ་ མེད་ཐེང་།

བརྒྱ་མེད་ཐེང་ལ་བབས་ན། གཞི་རྩ་བརྒྱའི་འདབ་མ་ལྟར།
འཕྲུལ་དུ་ལེགས་ཀྱང་ཕྱགས་སྒྲ་རྒྱུད། ཀུ་ཅུའི་སྒྲ་གསུང་ཕྱགས་རྟེན་

འབྲམ། ། རབ་གནས་ཡང་ཡང་བསྐྱར་བ་གཅེས། །

ཆོས་ལྷ་བསྐྱེད་བཅོམ་པུ་ལས། ། དམ་ཆོས་སྐྱབ་ལ་བར་
ཆད་ཆེ། ། ཆོག་ས་བསགས་ཁོན་པར་འབད་བ་གཅེས། ། ལྷ་སྐལ་ཅན་གསུམ་
དྲེལ་བསྐྱབ་བམ། ། གང་མོས་གཞུང་བཞིན་སྐྱབ་སྐྱར་ན། ། རྣམས་རྣམས་
ཡོན་ཏན་འཕེལ་བར་འགྱུར། །

དོན་ལྷ་བྱ་བ་ཕལ་ཆེར་ལ། ། དོན་འབྲས་སྒྲིང་པོ་ཅི་ཡང་མེད། །
མགོན་པོ་འཁྱུང་ཏེ་ཀའ་འཛུགས་ལ། ། འབད་ན་དོན་ནམས་རིམ་གྱིས་
འགྱུབ། །

ཆོང་ལྷ་སྒྲིང་བར་མ་ཡོང་ཅམ། ། ཆོག་ས་ངོ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་
ཡོད། ། བར་ཆད་ལམ་སེལ་མང་བཏོན་ན། ། ཆོང་བཟང་ཁ་འགྱུར་
ཐམས་ཅད་ནི། །

ནོར་ལྷ་བསོད་ནམས་མ་བསགས་པས། ། ཡར་སྐྱེད་ཆེན་པོ་
འབྱུང་དཀའ་ཅམ། ། རྒྱན་གཏོར་ཆོག་ས་དང་མེམ་ཆོད་ལ། ། འབད་ན་
བསོད་ནམས་སྒྲིབས་འབྱོར་འཕེལ། །

སྤྱི་ལྷ་བྱ་མོ་མ་གཏོགས་པའི། ། ལུ་པོ་འབྱུང་བ་དཀའ་མོད་
ཀྱང་། ། སི་ཆི་ལ་བརྟེན་སྤྱི་བུ་གསོ་ཐབས། ། བསམ་སྤྱན་དར་སྤྱོད་ཅི་
མང་དང་། ། ཀུན་ཏེ་རྫོགས་བཞེངས་པ་གཅེས། །

མགོན་པོ་མེ་ཡོང་ཡོང་ན་ཡང་། ། ཆོག་ས་ངོ་ཁ་འགྱུར་བཅས་ཏེ་
འོང། །

ནད་པ་སྐྱར་བྱ་མ་སོས་ན། ། རྣམས་སུ་རྟེན་ཏེ་འགྲོ་བ་ཡིན། །

གདོན་ནི་གཟའ་བདུན་བཅན་སྟགས་ཀྱིས། ཐོག་དྲག་དྲག་
པོས་ཟིན་པ་ཡིན།

རྩམ་ནི་དཔེ་ལྷན་ནག་གསུམ་རྩམ། དམར་ནག་ཁྲ་བོ་བྱང་
ནོར་སྟགས། འོངས་པ་རྒྱ་བྱི་ཚྭ་གས་ཉིད་དམ། བན་ཐགས་མཐུ་
མཐན་ཚྭ་གས་ནས་འོངས། བྱ་ལྷགས་མགོ་གཟེར་རྒྱང་ལག་ན།
གཉན་མིན་ལྡང་ཁིང་བཟོད་མེད་ན། རིམ་གྱི་གདུགས་དཀར་ཕྱེ་
བརྒྱད་དང་། མགོན་པོའི་རྒྱག་པ་ཚད་ལན་དང་། བྱང་གྲོལ་གཉན་
གྲོལ་གདོན་གྲོལ་དང་། དམ་བརྒྱ་ཁྱུང་གི་རྩེས་གནང་དང་། བཀའ་
བཞོ་བྱིན་རྒྱབས་ལུས་ཐྱིན་གཅི། གཏོ་ནི་གཟའ་སྐར་མཚོད་མདོས་
དང་། བཅན་མདོས་བརྒྱད་ཅུ་ཡིས་མདོས་དགོས།

བོར་བརྒྱབ་ཚྭ་གས་འཆོལ་བའམ། ཆོགས་ངོ་དམར་ངོ་ཤིན་ཏུ་
ཆེ། དབང་དྲག་ལས་གང་འབྱུང་པ་དང་། ཁྱུང་པར་འགྲུགས་པའི་
ལས་ལ་ཤིས། མ་འདི་འགྲུགས་རྒྱལ་ལས་ལ་བཟླགས། ཁྱི་བའི་ལས་
ལ་འཁྱིང་སྤྲད་ཡིན།

ལ་བབས་ཀྱི་མ་ཐོད་ཐེང་།

ཀྱི་མ་ཐོད་ཐེང་ལ་བབས་ན། གཞི་ལྗེ་རལ་གྱི་འོ་ཁ་ལྟར།
བཟན་པར་དཀར་ཁིང་འཁྱུར་ཞེས་མང་། འོ་རྒྱ་དུས་སུ་ཆོགས་བདག་
ལ། གསེལ་མཚོད་བསྐྱར་བ་གངས་བསྐྱེད་ན། རྒྱུན་རྒྱུ་འཁྱུང་གུང་
ཆེར་མིག་ནོད།

ཆོས་ལྗེ་མཐུ་སྤྱོད་པ་བཟླགས་ནམས། ཐོགས་པ་མེད་པར་

འགྲུབ་པར་འགྱུར། དཀར་པོའི་ཆོས་ལ་ལས་འབྲེལ་མེད། མི་ཆོས་
དམིན་མོག་ཏོང་བ་ཡིན། ལྷ་སྐལ་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི་དྲག་སྟོན་གསལ། ཡི
དམ་མིན་ཏུ་དྲག་པོ་འཕྲོད། ཆོས་སྦྱོང་ག་ཟེའ་གདོང་ལྡེ་བརྒྱད་དམ།
དམ་ཅན་ལྡེ་བདུན་གང་ཏུ་རྡོ།

དོན་ལྷ་དོན་མེད་སྤང་ལོག་དང་། མི་ཆོས་ཟད་པ་ཁོན་ཡིན།
འོན་ཀྱང་གང་སྐབས་སྐབས་མ་ལ། རྒྱན་གཏོར་བཏང་ན་བསམ་དོན་
འགྲུབ།

ཆོང་ལྷ་ཁེ་མེད་ལམ་བར་ནས། དག་དང་ཁ་མཆུ་ལྷ་ཆོག་ས་
ལྡང་། མགོན་པོའི་དག་སྐབས་དག་འཆིང་ལ། འབད་ན་དག་པོ་ཞི་
བར་འགྱུར།

ནོར་ལྷ་ཟས་ནོར་གང་ལ་ཡང་། དག་བགེགས་གཞོད་པ་རེ་
མོས་བྱེད། དག་མནན་བགེགས་སྒྲིག་ལ་འབད་དགོས།

སྤྲི་ཆུང་སྤྲི་ཁ་ཞུགས་པས། མི་སྤྲི་སྤྲིས་ཀྱང་འཆིབ་མང།
ཀྱང་དྲག་སྤྲི་བཟུང་སྤྲི་མནན་དང་། ཆོག་ས་བསགས་ཅན་ལ་འབད་
ན། དབས་མ་འཆད་པ་ཅམ་ཞིག་འབྱུང།

མགོན་པོ་བྲེལ་སྤངས་གཏམ་ངན་བཅས། ཞག་དུས་འགྱུངས་
ནས་འོང་བ་ཡིན།

ནད་པ་སོས་དཀའ་ནད་ཀྱིས་ཟིན། འཕྲལ་དུ་ཡང་ཡང་སྤྲུགས་
སྤྲི།

གདོན་ནི་འཆིབ་དག་ག་མིན་ལྡེ་སྟོན། ལྡེ་བརྒྱད་ག་དྲག་པོའི་

ཟུམ་ཟུམ་། རྩམ་ཅི་གོ་མཆོན་སྤང་ནག། སྤང་ཆ་ལྟམ་དང་གོ་ཆ་
 གདོན། འོངས་པ་བྱང་གི་ཚྭ་གས་ཉིད་དམ། དག་ལྟམ་ཕོངས་བྱིམ་
 སྤགས་ནས་འོངས། བྱ་ལྟམ་སྤྲོད་དཔྱད་མི་འཕྲོད་ཅིང་། བྱ་དོ་
 མི་ཟེན་འཆི་ལྟམ་མང་། ཅུང་ཟད་བདེ་ཡང་འགྱུར་ཞུག་ཆེ། རིམ་གྱི་
 སྤག་བསྐྱེད་ཅོད་གཏོང་དང་། ལྟམ་འབྱུང་མིང་བཟེ་ལྟམ་བཟེ་དང་།
 འཆི་བསྐྱེད་ཉེམ་བརྒྱ་རྒྱུ་བརྒྱ་དང་། གཅེས་ཅོར་ནལ་འབྱོར་སྤགས་ལ་
 འབྱུལ། དབང་ནི་ཆེ་དབང་བརྒྱ་ཅ་དང་། ཉ་ཁྱུང་མགོན་པོའི་
 དབང་བསྐྱུར་དགོས། གཏོ་ནི་གཤེན་རྩེའི་ཆོགས་རྩེགས་དང་། གཏོ་
 བྱ་དག་ཟོར་སྐྱུར་ནམས་དགོས།

བོང་བ་བྱང་གི་ཚྭ་གས་འཆོལ་ལམ། དག་ཅག་གཅན་སྤང་ཁ་
 རུ་རྒྱུད། མོ་འདི་ལྷགས་པའི་ལས་ལ་སྤང། དག་གཏུམ་གཏུག་པའི་
 ལས་ལ་རྒྱ།

དེ་ལྟར་ཐོད་ཐོང་ཕྱེ་ལྡེ་ཡི། སྐྱེ་མདོག་ཚྭ་མཆོན་བཞུགས་
 ཚྭ་གས་སྤགས། འབྱུང་བ་མ་བྱ་དག་ཚྭ་གས་སྤགས། བཅི་བྱའི་སྤག་
 ལྟམ་དབང་རྒྱང་རྒྱུགས། སྤྲོད་ཅིས་མོག་ཁྱུང་པལ་ཆེར་ལས། རིམ་གྱི་
 གསལ་ཁ་ཆེར་མེད་ཀྱང་། དེང་དུས་རང་སྤྱོད་ལ་བསྐྱུན་ནས།
 བཤད་ཀྱང་པན་པ་ཆེ་བ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་རྟེན་འབྲེལ་བརྟག་ཐབས་
 འདི། རང་སྤྱོད་དམ་ལྟན་འགའ་རེ་ཡིས། འདི་འདྲ་ན་བྱིས་བསྐྱུལ་
 བའི་དོར། ཆོས་དབྱངས་སྤྱོད་ལ་ལྟན་རྟོ་རྩེས་སྤྱད། དགོ་བའི་རྟེན་
 འབྲེལ་གསལ་གྱུར་ཅིག །

རྟ་འགྲིན་གསང་སྤྱད་གྱི་ཆོས་སྐོར་ལས་
 གྲོང་མོ་འདེབས་རྒྱལ་སྐོག་གྲུང་
 གསལ་བའི་མེ་ལོང་།

གང་སྤྱགས་ཡེ་ཤེས་མེ་ལོང་ནང་། ཆོས་ཀྱན་མ་འདྲིས་འཆར་
 བཡི། སྤྲུལ་རྟ་འགྲིན་ལ་བརྟུང་ནས། རྟེན་འབྲེལ་སྤྱོད་བར་བརྟག་
 ཐབས་འབྲི། རང་ཉིད་རྟ་མཆོག་རྩལ་བ་རུ། བསམ་ལ་ཅ་ཐུགས་
 ཅུང་ཟད་བསྐྱུས། རང་གི་སྤྱགས་ཀའི་འོད་ཟེར་གྱིས། ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་
 སོ་བྱང་ནས། བཤམ་འགོ་སྡེ་ལྷ་འཁོར་དང་བཅས། སྤྱན་དྲངས་
 མདུན་གྱི་ནམ་ལམ་བཞུགས། བཤམ་འགོ་སྡེ་ལྷ་འཁོར་བཅས་ལ།
 ཕྱི་ནང་གསང་བའི་མཆོད་པའི་ཆོགས། རབ་འབྱམས་ཁིང་ཀྱན་
 བཀའ་ཉེ་འབྲལ། བཅེ་ཆེན་སྤྱགས་རྗེས་བཞེས་སྤྱགས་ལ། རས་སྤྱང་
 འཁོར་བ་དང་བཅས་པས་རྒྱུ། རྩོམ་རྒྱུ་རིགས་ཀྱི་ལམ་འགོ་མ།
 བཞུགས་ནི་ཤར་གྱི་ཕྱོགས་ན་བཞུགས། འབྱུང་བ་ཤིང་ལ་སྤྱོད་
 ལ། རྟེན་འབྲེལ་མངོན་རྟགས་དབྱུང་དུ་གསོལ། རིན་ཆེན་རིགས་ཀྱི་
 ལམ་འགོ་མ། བཞུགས་ནི་རྩལ་ཕྱོགས་ན་བཞུགས། འབྱུང་བ་མེ་
 ལ་སྤྱོད་ལ། རྟེན་འབྲེལ་མངོན་རྟགས་དབྱུང་དུ་གསོལ། པར་
 རིགས་ཀྱི་ལམ་འགོ་མ། བཞུགས་ནི་རུབ་གྱི་ཕྱོགས་ན་བཞུགས།
 འབྱུང་བ་ཕྱགས་ལ་སྤྱོད་ལ། རྟེན་འབྲེལ་མངོན་རྟགས་དབྱུང་དུ་
 གསོལ། ལས་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་ལམ་འགོ་མ། བཞུགས་ནི་བྱང་གི་ཕྱོགས་
 ན་བཞུགས། འབྱུང་བ་རྒྱལ་སྤྱོད་ལ། རྟེན་འབྲེལ་མངོན་རྟགས་

དབྱུང་དུ་གསོལ། རིགས་བཞིའི་ལས་ཀྱི་ཤུགས་འགོ་ལ། བཞུགས་ནི་
 མཚམས་བཞིའི་ཚུགས་ན་བཞུགས། འབྱུང་བ་ས་ལ་སྒྱ་བསྐྱེད་ལ།
 རྟེན་འབྲེལ་མཛོད་ཀྱི་གསལ་དབྱུང་དུ་གསོལ། རྟེན་གསལ་ཙམ་ལ་བྱིད་
 ཀྱིས་རྒྱས། རྟེན་གསལ་ཙམ་ལ་མ་བརྒྱས་ན། མི་རྣམས་སྤྱོད་པ་ཡོངས་མི་
 སྤྱི། བྱི་རྟེན་གསལ་ཙམ་ལ་བྱིད་ཀྱིས་ཐོབས། བྱི་རྟེན་གསལ་ཙམ་ལ་མ་ཐོབ་
 བ། སྤྱད་ཀྱིས་འགྲུག་པའི་མི་མ་མཆིས། ད་ལྟ་རྟེན་འབྲེལ་ཐོག་
 བབས་མཛོད། རྟེན་འབྲེལ་ཐོག་བབས་མ་མཛོད་ན། ལམ་འཁོར་
 ཐམས་ཅད་འབྲུགས་པར་མཆིའོ། རྟེན་འབྲེལ་གསལ་བའི་ཐོག་
 ཐོབས་ལ། བདག་ལ་མཛོད་པའི་གོགས་མཛོད་ཅིག ། ཅེས་བཛོད་
 སྒྲུབ་ཡང་འདི་སྤྱད་ཅེས། སྒྲུབ་ཡིད་མ་དགོན་མཆོག་གསུམ། བྱུང་
 བར་ལམ་འཁོར་གྱི་ལྷ་དང་། ཆོས་སྤྱོད་སྤྱོད་མ་དམ་ཅན་ཆོགས།
 ལྟན་ཅིག་སྤྱོད་དང་འགོ་བའི་ལྟ། ལྟ་ཞུ་ཞུ་དུས་ལྟ་རྣམས་དང་།
 ཡུལ་ལྟ་གཞི་བདག་དང་བཅས་པས། བྱེད་བ་བཞུགས་པའི་མོ་འདི་
 རྟེན། དྲང་དུ་ཐོབས་ལ་གསལ་བོར་སྟོན། ཆོས་དབྱིངས་འཁྱུར་བ་
 མེད་པ་དང་། རྟེན་འབྱུང་བསྐྱེད་མེད་བདེན་པ་ཡིས། མོ་འདི་ནོར་
 འབྲུལ་མེད་པ་རུ། མཛོད་སྒྲུབ་རྟེན་དུ་འབབ་པར་ཤོག ། ཅེས་པ་
 ཡིད་ཆེས་དྲག་པོས་བཛོད།

དེ་ནས་བྱེད་བ་ཆོད་གཉིས་བཅད། ཆོད་པ་གཉིས་ཀ་གསུམ་
 རིང་(རེར)བཟང་། རྟེན་ཆོད་པ་གཉིས་ཀའི་མཐར། བྱེད་རྟོག་རེ་
 རེ་ལྟ་སྤྱད་ན། ཆོད་པ་སྒྲུབ་ཡང་མཐུད་པའི་ངོ་། མི་བདེ་བ་དག་

བདེ་བའི་ངོ་། ཤིང་སྐམ་ལ་ནི་ཡལ་ག་ཞི། ལུང་བ་སྐམ་པོར་ཚུ་མིག་
བརྗེད། བཀྲོན་པའི་མེ་ཡིས་ཟས་ནོར་རྟེན། ལྷོར་བ་རྟེན་ཅིང་ཤོས་
པ་ཐར། འབྲས་པ་ཤ་ཚུགས་དེང་བས་སྟེབས། མདོར་ན་གང་ལ་
བབས་ཀྱང་བབས།

ལྷོན་མའི་རྟེན་ལ་རྟོག་གསུམ་དང་། རྟེན་མར་ཕྱིར་རྟོག་
གཉིས་ལྟག་ན། ཁ་སྐྱུས་སྟེང་གཞི་བྱེས་བུལ་ངོ་། ལྷ་མི་འདྲེ་གཉན་
དཔང་པོར་འཛོག་། མཛུབ་རིས་གནམ་དུ་བསྐྱེང་བའི་ངོ་། ཞལ་
ཕྱིད་སྐྱ་ཕྱིད་འོང་བའི་ངོ་།

ལྷོན་མའི་རྟེན་ལ་རྟོག་གཉིས་དང་། རྟེན་མར་ཕྱིར་རྟོག་
གསུམ་ལྟག་ན། གསེང་གྱི་སྒྲིང་ལ་གཡུ་ལྗང་སྟེང་(སྟེ)། ལྟགས་ལམ་
ཟུ་རྟེན་མིས་ཟས་རྟེན། མིལ་བཏབ་ཀྱང་མོ་འདི་བབས།

ལྷོན་མའི་རྟེན་ལ་རྟོག་གཅིག་དང་། རྟེན་མར་ཕྱིར་རྟོག་
གསུམ་ལྟག་ན། རྟེན་པ་པོ་ཡི་བཞིན་རས་ལ། ལུང་མེད་མི་གཙང་
པོག་པའི་ངོ་། མདོལ་པོག་ལྷ་སྒྲིང་མ་དགའ་བས། བསངས་ལྟས་
བཟུ་ཤིས་ཚོག་བྱ།

ལྷོན་མའི་རྟེན་ལ་རྟོག་གཅིག་དང་། རྟེན་མར་ཕྱིར་རྟོག་
གཉིས་བྱང་ན། རྟེན་པ་སྐྱུན་གསུམ་ཐབ་གཞོབ་ངོ་། ལྷ་སྒྲིང་མ་
དགའ་མདོལ་བའི་ངོ་། ལུང་མེད་མི་གཙང་པོག་པའི་ངོ་།

ལྷོན་མའི་རྟེན་ལ་རྟོག་གཉིས་དང་། རྟེན་མར་ཕྱིར་རྟོག་
གཅིག་བྱང་ན། གཏམ་སྐྱུན་ཐོས་ཤིང་མཐོན་པོ་སྟེབ། པོར་བ་རྟེན་

ཅིང་ནད་སྐྱོལ་འགྱུར།།

སྒྲིབ་རྒྱུ་གཉིས་ཀར་རྟོག་གཉིས་རེ། ལྷག་ན་ཐུན་ནག་ཆར་
གྱུང་།། མི་ཐུགས་ཚུ་ཡིས་འཁྱེར་བའི་ངོ་།། ཚུ་གིར་ཤི་བའི་འདྲེ་ཡིས་
གཞོང་།། བད་གཞི་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་ངོ་།།

སྒྲིབ་མའི་རྒྱུ་ལ་རྟོག་གསུམ་དང་།། རྒྱུ་མར་ཐྱིང་རྟོག་
གཅིག་ཐུང་ན།། སྒྲ་མ་ལྷ་སྒྲུང་བཟང་པོས་སྒྲིང་།། དད་དང་(ནད་
པར་)སྒྲན་པ་འཛོམ་པའི་ངོ་།། གཉེན་གྲོགས་བཟང་དང་འཕྲད་པའི་
ངོ་།།

གཉིས་ཀའི་རྒྱུ་སྒྲུག་སྒྲུམ་རེ་ལྷག་། སྒྲ་མ་འགྲོད་ཀྱང་ཐིམ་
སྒྲུག་།། ཆོང་ལ་ཐིམ་ན་ཁེ་སྒྲིག་ཐོན།། །སྒྲས་ཞལ་ལྷེ་རྒྱལ་བའི་
ངོ་།། བད་པ་བད་དང་བུལ་བས་བཟང་།།

དེ་ལྟར་ལན་གསུམ་བསྐྱར་ནས་བཏབ།། གསུམ་ཀ་བཟང་ན་
ཐིམ་ཕྱི་ལ།། ཐུ་ཐག་ལྷ་ཡིས་མཛད་པས་བཟང་།། གྲོགས་ལྷན་དཔལ་
གྱིས་མཛད་པས་བཟང་།། བཟང་མི་ཁ་མཐུན་བྱས་པ་ཡིན།། ལྷ་
བཅུན་འགོ་བས་ཤིན་ཏུ་བཟང་།། གྲོགས་ལྷ་ལ་བཏབ་ཅི་འདོད་
འོང་།། དག་ལྷ་དག་པོ་མར་བསྐྱལ་བྱུང་།། ཚུར་ལ་མི་ཚུགས་འོང་མི་
འོང་།། འདྲིན་གཏམ་སྒྲན་བཅས་ཏེ་འོང་།། སོང་ངམ་ཟེར་ན་གྲོགས་
བཅས་སོང་།། འགོ་འཕམ་མི་འགོ་ཟེར་ན་འགོ་།། འདུག་ཀྱང་ཉེས་པ་མི་
འོང་ངོ་།། གསོལ་ན་གནང་ངོ་ནད་ཕྱི་ལ།། མདོ་སྒྲིག་ས་རྩ་ལོ་གྲངས་
ཐོན།། ཅི་ཡང་མ་ཉེས་བཟང་བའི་མོ།། སྤི་ལ་རྒྱ་བའི་འདྲེ་ཞིག་

གནོད། དེ་ལ་སྤྱད་དང་གཏོར་མ་བྱིན།

ཨ་མ་གཉིས་བཟང་ཕྱི་མ་རན། སྒྲི་ཕྱི་མ་ཕྱི་བགལ་ལོང་
པས། གོང་ཁ་ན་ཆ་འབྱུང་བའི་ངོ། སྒྲི་ཕྱི་མ་ཆོན་ཆའི་ངོ་ཡོང་
གཟབ། བྱ་ལྟ་རིང་ཡང་མི་འཆིའོ། སྒྲི་ཕྱི་མ་རང་སྒྲི་ཕྱི་མ་གཞན་
གྱིས་བྱིས། ཡར་ལ་ཆོས་ན་ཚུར་ལ་གནོད། དཔྱ་ཕྱི་མ་བཏབ་པ་ཡིན་
ན་བཟང་། འོང་རམ་མི་འོང་བེར་ན་འོང་། རྟེན་དམ་བེར་ན་ཞག་
འགའ་ནས། རྟེན་མོད་འོན་ཀྱང་ཕྱི་དལ་ཆེ། ཆོང་ཕྱི་མ་བཏབ་པ་
ཡིན་ན་འབྲིང་། བྱ་ཕྱི་མ་འདི་རྒྱལ་བཀའ་སྒྲིག་། མ་མོ་སྤྱིང་བཞིའི་
མདོས་དང་ནི། མ་ཁྱི་མདོས་དང་རྒྱལ་མདོས་གཏོང་། ཕྱི་ཕྱི་ལྟ་
ནས་མ་མགོན་ལ། རྟེན་ཏུ་འཇུགས་ཤིང་བསྐྱང་བཤགས་ཐོངས།
ཡང་ན་འབྱུང་མམ་ནི་བྱི་སྒྲིག་། བྱ་མེད་གྱི་ནི་པ་མིང་སྒྲིགས།
མཆོད་རྟེན་བཅིག་ཅིང་ཁང་ཉི་ཡི། སྒྲི་ཕྱི་མ་འབྱུང་བའུ་བསྐྱང་བ་
གཅིས།

ཨ་མ་བཟང་ཞིང་ཕྱི་མ་གཉིས། རྟེན་ན་སྒྲི་ཕྱི་མ་ཐེས་
གནོད། མི་ནད་སྒྲི་ཕྱི་མ་གོང་གཏོང་བའི་ངོ། སྒྲི་ཕྱི་མ་གོང་ལོང་ཆ་
གཉིས། དཔྱ་ཕྱི་མ་འདི་དཔྱ་ཕྱི་མ་ཆོས་སྒྲི་ཕྱི་མ་འདི་ཅུང་ཟད་
ཅམ། ཡོང་ལྟ་ཕྱི་མ་འོང་ངོ། སོང་རམ་མི་འོང་བེར་ན་སོང་།
གསོལ་བ་བཏབ་ན་དཔྱ་ཕྱི་མ་བཞིན་གནང་། ཆོང་ཕྱི་མ་འདི་ནད་ཕྱི་
ལ། ཕྱི་ཕྱི་མ་ཞག་མ་གསུམ་ལ་གཅིག་། གཟུངས་བསྐྱུས་ཆོང་བདུན་
གཏུགས་དཀར་ཅན། རྟེན་ཆ་བསྒྲིག་པ་དང་བཅས་བྱ། ༡ རྟེན་

བཀྲུད་ལ་སྒྲིང་བསྒྲིག་བྱ། ཁོ་ཆང་རྒྱ་བའི་འདྲེ་ཅམ་ཡོད། །

བར་བ་བཟང་ལ་ཕྱ་ཕྱི་གཉིས། ངན་ན་སྒོ་ཕྱ་རྩ་བཀ་དང། །
གྲིབ་ཡོད་ཁྱུས་དང་ལྷ་གསེལ་བྱ། གྲོགས་ཕྱ་ན་ཡང་འཆི་མི་འགྱུར། །
གྲོགས་ཕྱ་བཅོག་དང་མཐོ་ལ་ཡོད་པས། རྒྱལ་འཛོམས་སྒྲེ་ཅེགས་བྱབ་
ཁྱུས་བྱ། དག་ཕྱ་ད་ལྷ་དག་མེད་ཀྱང་། ལྷ་མ་དག་འ་བས་ཕྱིས་ནས་
ལྷང་། རྟེན་དམ་མི་རྟེན་ཟེར་བ་ལ། གཞན་གྱིས་ཁྱིར་ཉེ་ཁ་མཆུ་ཆེ། །
འོང་ངམ་མི་འོང་ཟེར་ན་འོང་། སོང་ངམ་སོང་ལྟེ་དོན་མེད་དོ། །
གསེལ་བ་བཏབ་ཀྱང་མི་གནང་ངོ། བད་པ་ཉམས་གྲིབ་མི་གཅོང་
ཡོད་ཁྱུ་བོ་ཡིན་ན་ལྷ་འདྲེ་འི་སྒྲགས། ཡོད་པས་བསྐང་བའི་ཆོག་བྱ། །
བན་དེ་ལྷ་གསེལ་བསྐང་བཤགས་བྱ། ལྷ་སྤང་ཁྱོས་པས་ལྷ་གསེལ་
དང་། ཁས་ངས་དང་ཁྱུས་གསེལ་སོགས་ལ་འབད། མི་གཅོང་གོས་དང་
ཡུགས་ཟས་སོགས། འཛོམ་ཁིང་གཅོང་སྒྲགས་ཆེ་ལོ། །

ཕྱ་ཕྱི་གཉིས་བཟང་བར་ངན་ན། སྒོ་ཕྱ་ལྷ་བཅོན་འགོ་བས་
བཟང་། དག་ཕྱ་ཉེས་པ་འབྱུང་ཡང་བཟང་། གྲོགས་ཕྱ་ལ་ནི་གྲོགས་
འོང་གྱེ། རྒྱགས་སམ་ཟེར་ན་རྒྱགས་པའི་ངོ། ཡོང་ངམ་མི་འོང་ཟེར་
ན་ཡོང་། བོར་སྒྲོར་བྱུང་ན་རྟེན་པར་འགྱུར། བད་ཕྱ་སྒྲ་ཡིས་གནོད་
པ་ཡིན། ལྷ་ཆོག་ལན་ཆགས་གཏོར་མ་གཏོང་། ཆོ་གཡང་ཉམས་
པས་ཆོ་འགྲུགས་དང། གཡང་སྒྲན་ཁ་སྒྲོད་སྒྲ་བྱ། བོང་ར་དགྲ་
སྒྲོར་འཆོ་སྒྲན་གྱུར། བམ་མཁའ་དགྲ་འཕར་མདོས་རྒྱམས་གཏོང་། །

ཕྱ་མངན་ཁིང་ཕྱི་མ་གཉིས། བཟང་ན་སྒོ་ཕྱ་རྒྱལ་འདྲེ་དང། །

གྲོམ་གཞོན་ཅིང་སྲོག་ལྷ་ལ། བགེགས་འཆོལ་དྲུང་འཆི་མི་འབྱུང་།
 སྲོགས་ལྷ་སྲོགས་རྒྱུང་སོང་ངམ་སོང་། དག་ལྷ་དག་དང་འབྲུང་
 ཡོད། རྟེན་དམ་ཟེར་ན་མི་རྟེན་ཅིང་། འོང་ངམ་འདྲི་ན་མི་འོང་ངོ།
 བད་ལྷ་གཟུངས་བསྐྱུས་ལོ་གུངས་དང་། ལྷ་པོ་ལྷ་མ་འདྲོས་སྤོང་
 ལྷ། གོས་སེར་གྱི་ན་ཅིང་འདུག་གནས་སྟོ། ཡོལ་དུ་འབོད་སར་མི་
 འགྲོ། ཐལ་གཞོབ་རྩ་གྲིབ་དམར་གྲིབ་གཟུབ། བདུད་མདོས་སྒྲན་
 མདོས་བཏང་ན་ལན།

ལྷ་མ་གཉིས་ངན་ལྷ་མ་བཟང་། རྩོལ་ལྷ་འགྲོ་ཐལ་གཞོབ་
 གཟུབ། སྲོག་ལྷ་བཟང་ལ་སྲོགས་ལྷ་ལྷ། ལྷ་དལ་ཆེ་ཞིང་ཡེ་སོང་ན།
 སོང་ལྷ་བསྐྱུག་གམ་མ་བསྐྱུགས་ན། བསྐྱུག་གོ་རྟེན་དམ་མི་རྟེན་ན།
 ལྷས་སྐྱེ་རྟེན་ཅམ་འོང་ལྷ་ངན། དག་ལྷ་ཁ་མཆུ་འོང་སྲིད་ཀྱང་། མི་
 རྟུགས་ནད་པའི་དོན་ཡིན་ན། བཟུ་བཞི་རྒྱ་གཞོར་གང་མང་
 གཞོང་། ས་རྩོལ་མང་འདེབས་དགོ་འདུག་ལ། ཆོས་སྟོན་དངས་ཤིང་
 ཆོག་ཡང་འབྱུགས།

གསུམ་ཀ་ངན་ན་ལུང་ཁ་གཞོན། སྲོག་ལྷ་བཏང་ན་འཆི་བ་
 ཡིན། སྲོགས་ལྷ་གཞན་གྱིས་ཁྱེར་བའི་ངོ། དག་ལྷ་གང་དུ་ལྱིན་ཀྱང་
 ཅུང་། དགར་འབྲུང་སྟོར་བམི་རྟེན་ཅིང་། ཆོང་ལ་ངན་ཏེ་དུམ་ཅམ་
 རེ། འབྱུང་ཡང་པམ་ལ་ནད་པར་ངན། འབྱུང་སྲོགས་སྲིད་པའི་ལྷ་
 མདོས་དང་། ཆོ་ལྷ་པོ་འབད་ཅིང་གྲིབ་སེལ་ལྷ། སྲོག་ཆགས་རྒྱ་སྟོང་
 དབང་ལྷག་མའི། ཟེར་མདོས་ཤ་བ་རུས་རྒྱས་གཞོང་། ཅི་ལ་བཏང་བ་

ཀྱང་ངན་མོད་ཀྱང་། ལྷ་བས་ཆེན་རིམ་གྱིས་བསྐྱོག་པ་སྤྱིད། །

མི་ཤེས་ཤེས་རྒྱུ་ལྷ་མོ་ལྷ་ཤེས་དང་། ལྷ་མིན་ལྷ་རྒྱུ་ལྱང་
བསྐྱོག་ལས། ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་གཏང་ནས། རྟེན་འབྲེལ་བཟག་པ་
བཞུད་འདི་བཟང་། རྟེན་འབྲེལ་གཏང་ལ་ངེས་ཤེས་དང་། ཐེ་ཆོམ་
བྲལ་བའི་ཡིད་ཆེས་དང་། ལྷ་སྤྱང་གྲགས་སྤྱུག་པ་གསུམ། མོ་འཕུ
(ལྷ) ཐེག་པའི་རྒྱ་གསུམ་ཡིན། ཤེང་མོ་སྐྱོག་གྱུར་གསལ་བའི་མེ་ལོང་
འདི། རྟེན་མཆོག་རོལ་བའི་ཆོས་སྐྱོར་ཡན་ལག་ཏུ། ཆོས་ཀྱི་རྩི་རྩེ་བདེ་
ཆེན་རབ་རྒྱས་ཞེས། ཡིད་འོང་ནགས་ཁྲོད་དབེན་པར་བྱིས་པ་དག།
འདིར་གཞུང་དུ་བཞོད་པའི་རིམ་གྱི་སྐྱོར་ལ་གཏོ་མདོས་ཀྱི་རིགས་
མང་བ་བྱུང་བ་ཙམ་བའི་ཡི་གེ་ན་འདུག་པ་སོར་བཞག་བྱས་པ་ཡིན་ཅིང་།
ཡུལ་དུས་ལ་ལར་འདྲེ་གདོན་སྐྱོས་ཀྱི་གཏོད་པའི་རིགས་ལ་གཏོ་
མདོས་མན་ཆེ་བ་ཡང་ལྷ་བས་ལས་དེ་ལྷ་རྒྱུ་བཞོད་མོད། གཏོ་མདོས་ཀྱི་
རིགས་མི་ཤེས་པ་འམ་ཤེས་ཀྱང་གཏོང་སྒྲིལ་མེད་པའི་ཡུལ་ཚུགས་སྤྱ་
དོར་ཐབས་ཀྱི་རིམ་གྱི་གཞན་མོ་འདེབས་ལྷ་མོ་རང་གི་གོམས་སྤྱང་
དང་རིགས་པས་དཔུང་ནས་ཐབས་ཀྱང་ཆོག་པར་སེམས་ལགས་སོ། །

རྩོམ་ཆེན་མེ་ལམ་དུ་གྱུར་བའི་མོ་

ཡིག་མཐོང་བ་ཀུན་གསལ།

༡༡། བཙུག་ཀྱི། རྩོམ་ཆེན་མེ་ལམ་ཡི་ཉི་ཤེས་མེ་ལམ་དུ་
བཤད་པ་ལ། ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྲོན་པ་མཐོང་བ་ཀུན་གསལ་ཞེས་བྱ་བ།
དཔལ་ལྷན་ཡི་ཉི་ཤེས་ཀྱི་ལྷན་ལུགས་ལོ། ཞལ་ཅི་པོར་བ་ཀུན་ཤེས་འདི་
ལ་ཞལ་གྱངས་སུ་མ་ཅུ་ཆང་མ་ཆང་ཤེས་པར་བྱས་ནས། ཉོར་ཟླའི་
ཆོས་ཀྱི་ཞལ་གྱངས་སུ་མ་ཅུ་ཆང་ན་པོ་ལས་ཆོས་སྐྱོར་དུ་ཅི། ཉོར་ཟླ་
ཆོས་པར་ཆོས་ཀྱི་ཞལ་གྱངས་མ་ཆང་ན་པོ་ལས་སྐྱོར་དུ་ཅི།

དེ་ལ་ཉོར་ཟླ་པོར་ན། བྱང་ཕྱོགས་སུ་སོང་དང་ཡོད། ཞལ་
གསུམ་ཚུན་ལ་མ་རྟེན་ན། གོས་སྒྲོན་པོར་མ་དཀར་པོ་ཅན་གྱི་མེས་
བཟུང་ནས་ཡོད་རྟེན་དོ། རྩོམ་ཡིན་ན་པུ་མོ་ཞེས་གིས་བཟུང་ནས་ཚུ་
ཤེས་དུ་འཕངས་པས་མེ་རྟེན་དོ།

དེ་ལ་ཉོར་ཟླ་པོར་ན། བྱང་ཕྱོགས་སུ་སོང་དང་ཡོད། མི་ཞེས་
གིས་འདི་ན་ཡོད་ཟེར་བའམ་ཡང་ན་པུ་མོ་ཞེས་གིས་རྟེན། རྩོམ་ཡིན་
ན་མི་ཞེས་གིས་བཟུང་ནས་གཞན་གྱི་ཁྱིམ་ནང་དུ་བཞག་པས་ཟུར་དུ་མ་
བཅས་ན་མེ་རྟེན་དོ།

དེ་ལ་ཉོར་ཟླ་པོར་ན། བྱང་ཕྱོགས་སུ་སོང་དང་ཡོད་པའམ་
ཡང་ན་ཐང་དཀར་པོའི་དཀྱིལ་དུ་སོང་ཡོད། གོས་སྒྲོན་པོར་མ་ལྗང་ལྗང་
ཅན་གྱི་མེས་སྐྱོན་སྒྲོན་པོར་ཐོན་ན་རྟེན། རྩོམ་ཡིན་ན་མི་གཉིས་ཀྱིས་
བཟུང་ནས་སྤྱང་དུ་སྤྲོས་ཡོད། བཟུང་པོར་བཅས་ན་རྟེན།

ཡི་ལ་ནོར་ཇས་ཐོར་ན། གནིས་ཀ་གང་ཡིན་ཀྱང་ཤར་སྟེ་
མཚམས་སུ་སོང་དང་ཡོད། འགུལ་འཕེལ་བ་དུ་ལ་མ་རྟེན་ན་ཀླན་མས་
ཁྱིམ་པས་མི་རྟེན།

རི་ལ་ནོར་ཇས་ཐོར་ན། ལྟ་ཤར་ཕྱགས་སུ་སོང་དང་ཡོད།
བན་དེ་འཕེལ་གོས་དམར་ཅན་གྱི་མིས་སྐད་སྟན་མ་བཤད་ན་ཐུང་བྱིས་
ཟེར་མི་རྟེན་དོ། ཇས་ཡིན་ན་སྐྱེ་མེད་གནིས་ཀྱི་ལྷས་ལ་ཚུད་ཡོད།
ལྷས་ལ་བཅའ་ན་རྟེན།

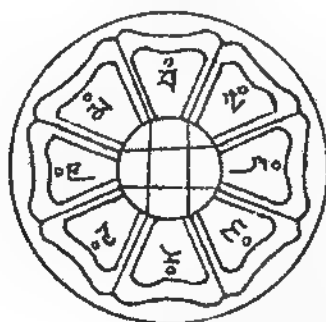
ཡི་ལ་ནོར་ཇས་ཐོར་ན། ལྟ་བུ་མཚམས་སུ་སོང་དང་ཡོད།
གོས་ནག་ཉ་ནག་ཅན་གྱི་མིས་བརྒྱས་ནས་བྱིས། མཐོགས་ཐོར་མ་
བཅའ་ན་མི་རྟེན། ཇས་ཡིན་ན་མི་ཅིག་གིས་བརྒྱས་ནས་གཞན་གྱི་
བྱད་མེད་ལ་བྱིན་ཡོད་མི་རྟེན་དོ།

ཁྱི་ལ་ནོར་ཇས་ཐོར་ན། ལྟ་བུ་ཕྱགས་སུ་སོང་དང་ཡོད།
བཅའ་མི་དགོས་པར་རྟེན། ཇས་ཡིན་ན་བན་དེ་ཅིག་གིས་བརྒྱས་ནས་
མི་ལ་བསྟེགས་ཡོད་པས་མི་རྟེན།

མི་ལ་ནོར་ཇས་ཐོར་ན། སྐྱེ་མེད་གནིས་ཀྱིས་བརྒྱས་ནས་ལུ་
བྱང་མཚམས་སུ་སོང་བའམ་ས་མཐའ་སོང་ཡོད། འོ་གཅིག་གམ་
གསུམ་ཚུན་ལ་རེ་གནིས་རྟེན། ཇས་ཡིན་ན་མི་གཅིག་གཉིས་ཡིན་ཀྱང་
བྲག་ཁྲུང་དུ་སྤྱུང་ཡོད། ཉིན་གསུམ་མམ་ལཱི་ཚུན་མ་རྟེན་ན་བྱུ་
ཞིག་གིས་སྐད་སྟན་མ་བཤད་ནས་རྟེན་འོང་བཤོ།

ནོར་ཇས་ཐོར་བ་བཅའ་ཚུལ་དོན་ཆེ་བ་འདི་ནི་རྩོམ་ཇེ་ཡུ་ནི་

ཤེའི་ཐེའ་མ་དུ་ཤར་བའི་མཐོང་བ་ཀུན་གསལ་མེའོང་། །



ཟླ་བ་རེ་རེར་གནམ་གང་ཡོད་ན་གཡས་བསྐྱར་ཏེ་ཆོས་སྐྱར་དུ་
 ཅི་དགོས། ཟླ་རེ་རེར་གནམ་གང་མེད་ན་གཡོན་བསྐྱར་ཏེ་བོན་སྐྱར་
 ཏེ་ཅི་དགོས། །

དམ་ཅན་ཤོ་མོ་ལྷ་གསལ་

འབྱེད་པའི་ལྷ་མིག

༡༡། སྤྲུལ་དང་དཔལ་གསལ་བའི་བདག་པོ་ལ་ཕྱག་འཆམ་
ལོ། སྤྲུལ་རྒྱུགས་མ་ལ་ཡང་སེམས་ཅན་ལ། མི་འདྲ་དྲེན་གྱིས་
དཔག་མེད་ཕྱགས་སུ་རྒྱུད། ། འཇིག་རྟེན་ལེགས་ཉེས་གང་འབྲད་མི་
ཤེས་པས། དེ་སྤྲུལ་སྤྱོད་ཕྱེད་ཤོ་མོ་བརྟག་ ། དེ་ཡང་སེམས་
ཅན་དང་རང་གི་ལས་ལ་ལེགས་ཉེས་གྱིས་དབང་གིས་རྟགས་དང་རྟེན་
འབྲེལ་བཟང་རན་ལྷ་ཆོགས་འབྱུང་བས་ལས་གང་བྱུང་གི་རྟེན་མི་གོ་བ་
དང་། གཞན་ཡང་དོན་དུ་གཉེར་བའི་མགྲོན་པོ་དང་། ཆོང་ཁི་རྒྱལ་
ལོན་མི་ལོན། ལྷ་ལོན་ཟས་གསུམ་རྟེན་མི་རྟེན། གཞི་བདེ་མི་བདེ།
ཐོང་སྤྲོད་རྟེན་མི་རྟེན། ཁ་མཆུ་དང་གཏུག་བཤེར་ལས་རྒྱལ་ལོན་མི་
ལོན། རྟ་པ་དང་སྤྱི་གསོ་མི་གསོ། ཕྱིས་སུ་དབང་ཆ་ཆོས་རྒྱུད་ཡོད་
མེད། སྤྱི་གསོ་དང་འབྲད་མི་འབྲད། བསམ་པའི་དོན་མཐར་ཕྱིན་མི་
ཕྱིན། ལས་གང་གི་དོན་དུ་ཤོ་བསྐྱབ་པ་ནི། གཟའ་སྐར་དར་བའི་ཡར་
སྤྲུལ་ཆོས་གངས་བཟང་པོ་ལ། ཉམས་སྤོང་བའི་གནས་སུ་འབྱུང་ལྷ་ཐེག་པ་
གི་ཐེང་ལ་དར་དམར་པོ་ཁ་གང་གིས་བཀའ་ནས། ཉམས་ཀྱི་ཆོས་ཕྱེད་
པོ་སྤངས། དེའི་ནང་དུ་མདའ་དར་མེ་ལོང་བརྒྱགས། ལེ་བངས་ཁབ་
དང་བཅས་པ་རྟེན་གྱི་རིགས་རྣམས་བཤམས། ཤོ་དེུ་དཀར་ནག་
གཉིས་ལ་ཤོ་མིག་རྣམས་བརྟོད་ལ་བཞག མཆོད་གཏོར་གྱི་ལོ་པ་
བཤམས་ལ། རང་རྟེན་ཡི་དམ་གྱི་ང་རྒྱལ་དང་ལྷ་བའི་རང་ནས་
བདེན་སྟོབས་བརྗོད་པ་ནི། ཅ་བ་གསུམ་གྱིས་བདེན་སྟོབས་དཀར་ཏུ་
བརྗོད་ལ། གནས་འདིར་བདག་སྤྱོད་ཕྱེད་པོའི་ཤོ་མོ་བརྟག་པ་ལ་

ཕར་དུ་གཙོད་པའི་བགེགས་ཀྱིས་ཚོགས་འདིར་མི་གནས་བར་སོ་སོའི་
 གནས་སུ་དེངས་ཤིག་ལས། ཡོ་སྤུལ་ལྟ་ནི་དྲག་དུ་བརྗོད་ལ་མཚམས་
 བཅད་ལ། དེ་ནས་བསང་གསུང་དང་། སྒྲིབ་དུང་སོགས་བཏང་ལ་
 བསང་སྦྱངས་ལ། ཤོ་རྟུ་གཉིས་སྒྲིབ་མཚོག་ཡབ་ཡུམ་དུ་བསྐྱེད་པ་ནི།
 ཡོ་སྤུལ་ལྟ་ལས་སྦྱངས། སྒྲིབ་བའི་ངང་ལས་འབྱུ་ཟུན་དང་དར་བའི་
 སྒྲིབ་དུ་ཤོ་རྟུ་གཉིས་སྒྲིབ་ཅིག་གིས་ཡུལ་རྩེ་རྩེ་ལེགས་པ་ཡབ་ཡུམ་སྒྲིབ་
 མདོག་དཀར་ལ་དམར་པའི་མདངས་ཚལས་པ་ཞལ་གཅིག་ཐུག་
 གཉིས་པ། གཡས་ཤོ་རྟུ་མེ་ལོང་བསྐྱམས་པ། གཡོན་པའི་བཅས་
 ཁབ་བསྐྱམས་ནས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་བདེའ་སྟོན་པར་མཛད་པ། སྒྲིབ་
 དར་ལྗང་ནག་གི་འཛེལ་ལེར་སོགས་གསེལ་བ། དཔུ་ལ་སྤྲུ་ཞི་དང་
 ཞབས་ལ་སྤྲུ་ལྟ་མཐོན་པ་ཤིན་དུ་བརྗོད་ཅིང་གདོང་ལྡེའི་དཔང་པོ་ལ་
 ཞོན་པ། ཡབ་ཡུམ་གྱི་སྒྲིབ་པོར་ཡོ། མཐོན་པར་ལྷོ་། ཐུགས་ཀར་རྩྱ་
 གིས་མཚན་པར་གྱུར་པར་བསམ། རང་གི་ཐུགས་ཀར་རྩྱ་ལས་འོད་
 ཟེར་འཕྲོས་པ། ཡང་ལེ་ཤོད་དུ་ཡུ་སྤྱི་འི་ཐུག་ཐུག་སོགས་ནས་
 འདིར་བསྐྱོད་པ་ལྟ་བུའི་དམ་ཅན་རྩེ་རྩེ་ལེགས་པ་སྒྲིབ་ཅིག་གིས་སྒྲིབ་
 དྲངས། བརྗོད་སྤུལ་ཡུལ་རྩེ་རྩེ་། རྩྱ་རིག་འཛིན་དཔུ་ལྟ་འཛིགས་
 མེད་མཐུ་ཙམ་ཅན། པརྟེའི་དགེ་བརྟེན་དམ་ཅན་ཐེག་ལེ་ཙམ།
 གསང་ཡུམ་སྟོན་པོ་བཀའ་ཡི་པོ་ཉར་བཅས། དམ་ཅན་རྩྱ་མཚོའི་
 འཁོར་བཅས་གསེགས་སུ་གསེལ། དེ་བརྗོད་སྤུལ་ཡུལ་རྩེ་རྩེ་
 རྩྱ་པོ་རྩྱ་གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར། དེ་བརྗོད་སྤུལ་ཡུལ་རྩེ་རྩེ་

རི་མ་ར་ཡམྱི་ནས་ཤུ་པ་ཉི་མཱ་ཉི་མཱ་ དམ་ཅན་དོ་རྩེ་ལེགས་པ་
 འཁོར་དང་བཅས་པའི་ལྷགས་དོ་རྩེ་ལྷ་གྲས་གཏོར་མའི་བཅུད་ཐམས་
 ཅད་དྲམས་ཏེ་གསོལ་བར་གྱུར། དྷི་བཟླ་སཏྱ་སམ་ཡུ་རི་མ་ར་ཡེ
 དམ་ཟླ་ཡིན་ཁ་ཁ་ཁ་ཏི་ཁ་ཏི་ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིས་གཏོར་མ་འབྲུལ།
 དྷི་བཟླ་སཏྱ་སམ་ཡུ་ཡེ་ཉི་ཞེས་ནང་མཆོད་འབྲུལ། དེ་ནས་གསོལ་
 མཆོད་ཀྱི་ཡིད་ཆོམ་པར་བྱས། འདྲི་གསོལ་བྱ་བ་ནི། གྱུ། ཡོ་རོ་
 དམ་ཅན་སྤྱེས་སུ་ཆེན་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་མཆོད་གཏོར་བསང་གྱུ་ཆེན་པོ་འདི་
 བཞེས་ལ། སྤྱོད་ཆེ་བསྐྱར་འབྱུང་གནས་ལ་སྐྱེས་པའི་རིག་འཛིན་ཙུ་
 བརྒྱད་ཀྱི་དཔལ་ལྷན་སྒྲམ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་དང་དམ་ལས་མ་
 འདའ་བར་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྟན་པ་གྱུར། དཀོན་མཆོག་གི་དབྱ་
 འཕང་བསྟོད། དགེ་འདུན་གྱི་ཞེ་རྣམས་སྟོར། རྣལ་འབྱོར་བདག་
 གིས་བྱང་ཆུབ་མོ་ཐོབ་ཀྱི་བར་ཆོས་བསྐྱབ་པ་ལ་བར་ཆད་བྱེད་དུ་མ་
 འཇུག་ཅིག འཁོར་དང་ལོངས་སྟོད་སྤེལ་ལ་བསམ་པ་ཡིད་བཞིན་དུ་
 གྱུབས། སྟན་པ་སྟོགས་བཅུར་སྟོགས། འགལ་སྟེན་བར་ཆད་ཐམས་
 ཅད་དྲག་པའི་འཕྱིན་ལས་ཀྱི་སྟོན་སེལ་ཆོད་ཅིག ཁྱད་པར་དུ་ཁྱོད་
 ལ་བཅོལ་བའི་མདོན་ཤེས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རྒྱན་བཟླས་པའི་མོ་འདི་
 གསལ་པོར་སྟོན། བཟང་ངན་གྱི་ཁྱད་པར་སྟོན། བཟང་ངན་གཉིས་
 ཀྱི་ཤན་ཕྱེས། ལེགས་ཉེས་ཐག་ཆོད། བདེན་རྒྱན་གྱི་བྱ་ར་གྱིས།
 དཀར་ནག་གཉིས་ཀྱི་འབྲས་སུ་སྟོན། ཡོ་བསྐྱང་མེད་པར་ཐོག་ཐོབས།
 ལྷུང་རྩྭ་མེད་པའི་དོན་གྱི་མོ་མོ་འདི་ལ་ཐོབས། བསྐྱབ་མེད་པའི་

རྟོན་འབྲེལ་གསལ་པོར་སྟོན་ཅིག རང་ཡིད་མ་དུ་གསལ་པོར་བྱུགས་
 ཀའི་ཐུགས་ཕྱེད་ལས་འོད་ཟེར་འབྲོས། དམ་ཅན་གྱི་བྱུགས་ཀར་ཕོག་
 པའི་ཅི་འདྲོད་པའི་མཛོན་ཤེས་ཐོགས་མེད་དུ་སྟོན་པར་གྱུར་པར་
 བསམ་ལ། ཡོ་ལྷ་རི་ལྷ་རི། ཀའི་ཀའི། ཀའ་ཀའི། ར་ར་ཤལ་པོ་
 བརྩ་སྟི་སམ་ཡཱུྃ་བྱི་ར་སྟྱི་བྱི་ར། ཚལ་ཤག་ཚལ་ཤག་སྤེལ་ཡེལ།
 སྤེལ་ཡེལ། དུང་དུང་ཕོམ་ཕོམ་ཕོམ་ཕོམ་སྟོས་སྟོས། ཤོ་བྱུན་འབྱུལ་
 པ་མེད་པར་སྟོན་ཅིག ཅེས་བརྒྱ་སྟེང་ཁྱི་འབྲུམ་འབྲུབ་དུ་བརྒྱས་ལ་ཤོ་
 རྟེན་ལ་སྤྱུ་བཏབ། རྒྱབས་རྒྱབས་སྤྱུ་གསུར་དུད་དང་འདྲོད་གསལ་རི་
 རྒྱས་ལ་བརྒྱ། དེ་ནས་མཆོད་བརྟན་བྱ་བ་ནི། སྟྱི་པར། ཀར་བྱུགས་
 རབ་ཁྱེད་བྱིངས་ལས་མགལ་ཡོས་གྱུར། མི་བཟང་གཏུམ་དྲག་སྒྲ་ཆོགས་
 སྟུ་འབྱུལ་ལས། དྲག་པོར་ཕྱེད་པོན་ཆེན་པོར་ཚུལ་སྟོན་པ། རྒྱུས་
 མཆོག་ཡལ་ཡུམ་འཁོར་དང་བཅས་ལ་བརྟན། ཅེས་བརྟན་ལ་ཡིག་
 བརྒྱ་བརྟན། མཆོན་བརྒྱ་རིམ་གྱི་རྒྱབས་སྤྱུ་སྒྲར་མཆོད་ཅིང་བརྟན་ལ་
 འདྲར་ནི་གཟིགས་དང་ལུན། བརྩ་ཡེས་དུམ་ ཡོ་ཡེ་ལྷ་མ་སྤེལ་གས་
 བརྟན་ལ་མེ་རྟིག་འཁོར་ཁྱེད་བཟུ་ཤིས་བརྟན། དེ་ལྷར་ཞག་ཉེར་
 གཅིག་དང་བདུན་ནམ་གསུམ་སོགས་ལ་སྤྱབ་པ་ཤོ་སྟག་བྱས་ན་མོ་
 གསལ་ལོ། དེ་ནས་ནམ་དགོས་པའི་དུས་སྤེལ་བདར་ནི། རང་མ་དུན་
 དམ་ཅན་ཆེན་པོ་རྟོན་ཅིགས། ཡལ་ཡུམ་སྟུ་མཛོག་དཀར་གསལ་མེད་
 གེ་བཅིབས། ཤོ་རྟེན་མེ་ཁོང་གཡས་དང་ཐངས་ཤམ་གཡོན། བརྟན་
 པའི་ཆོས་ཅན་ཡུང་སྟོན་མཛོད་བཞུགས། ཡོ་ལྷ་རི་ལྷ་རི། ཀ་
 རི་ཀའི། ཀའ་ཀའི་ཀའ་ཀའི། ར་ར་ཤལ་པོ་བརྩ་སྟི་སམ་ཡཱུྃ་བྱི་

ར་ཁྱི་བྱི་ར། ཚལ་ཤག་ཚལ་ཤག སྤམ་ཡེ་ལ། སྤམ་ཡེ་ལ། ཏུང་
 ཏུང་པོ་བག་པོ་བག རྩོལ་རྩོལ་སྒྲོས་སྒྲོས། ཤོ་རྒྱན་ལ་བྱུང་པ་མེད་པར་
 སྒྲོན་ཅིག གོང་ལྟར་ཐུགས་འཕེང་ཉེར་གཅིག་གང་ཏུང་བསྐྱེས་ལ་ཤོ་ལ་
 ལུབ་ཏུ། བཅོམ་ཆེ་བཅུ་ཙམ་བདང་བཅུད་པར་བཅས་པའི་དཔལ་
 ལྡན་སྒྲུ་མ་དམ་པ་ནམས་ཀྱི་བཀའ་བདེན་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་
 བཀའ་བདེན་པ་དང་། ཚེས་ཀྱི་བཀའ་བདེན་པ་དང་། དགོ་ལ་བྱུ་
 ཀྱི་བཀའ་བདེན་པ་དང་། ལྷ་པར་ཏུ་དམ་ཅན་སྒྲིམ་བྱ་ཆེན་པོ་ཡབ་
 ཡུམ་གྱི་དགོ་བསྐྱེན་སྤུམ་བུ་རྒྱག་ཏུ། མོན་པ་མོ་རྒྱག་མོ་རྒྱག རྒྱལ་
 པ་ཡང་རྒྱལ་གྱི་ཆོག་སངས་དང་བཅས་པ་ནམས་ཀྱི་ཤོ་རྒྱན་བཟླ་ག་པའི་མོ་
 འདི་ཐུང་ཐུང་བཟླ་ག ཕྱི་རྩོ་ཕྱི་བཟླ་ག ད་ལྟར་ཤར་གསལ་གྱི་དོན་འདི་
 ཞེས་བྱ་བའི་ཆེད་ཏུ་གསལ་བོར་སྒྲོན་པའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད་ཅིག
 ཅེས་ཡེ་ལྟ་ལན་གསུམ་མམ་བཏུན་སོགས་བཛོད་ལ་དྲག་ཏུ་ཤོ་རྩེ་
 བཅུ་མཁའ་ལ་འཕེན་ནོ།

གཉིས་བབས་སྒྲིམ་མཆོག་ཡབ་ཡུམ་སྟེ། ཚུར་འོང་མགོན་པོ་མི་
 འོང་འདྲ། ཤར་འགོ་དེ་དང་མཚུངས་པ་སྟེ། བག་ཐེབ་ཁེ་ལོན་ཕྱི་
 དལ་ཆེ། གསོལ་མཆོད་བྱས་ན་ལྷ་ར་ཏུ་འོང་། ལྷ་ལོར་བཅུ་ལ་བའི་མི་
 ཡིན་ན། མི་བཅན་བསོད་ནམས་ལྡན་པ་འདྲ། བཅན་གྱི་ལག་ནས་
 བོར་ཐོས་ལོན་པ་འདྲ། གཞི་ལྷ་ཡིན་ན་རིམ་གྱོ་ལ། ཉི་ཁྲི་འཕགས་པ་
 གསེར་འོད་དང་། བསང་མཆོད་རྒྱག་བཟླ་བྱས་ན་ལེགས། དེ་
 འདྲའི་རིམ་གྱོ་མ་བསྐྱབས་ན། ཟླ་བ་གཉིས་གསུམ་བཞི་ཡི་བར། ཟློ

ཡིད་མི་བདེ་འཛུབ་ཆ་འོང། དེ་འདྲ་བརྒྱུག་པའི་རིམ་གྱི་དགོས།
 བོར་སྒྲར་ཡིན་ན་སྒྲིལ་པ་དང། བྱུང་མེད་གང་རུང་གོས་མཛེས
 དང། གཞུགས་མཛེས་གཅིག་གིས་སྒྲོན་པ་འདྲ། ཡང་ན་ཚུ་མིང་
 སྤོང་བོ་འཛོམས་པའི་ས། བྲག་དང་གཡང་སའི་ངོས་ན་འདུག ། ཁ་
 མཚུགས་ཀྱི་གསལ་བཤེར་ཡོད་པ་ལ། ལྷ་སྤྱང་སྤྱར་དུ་ལེགས་བརྒྱན་ནས།
 སྔ་ཚོད་བྱས་ན་ཚུལ་ཁམས་ན། གཉིས་པ་འདི་ཡང་བབས་ས་ན། ལྷ་ས་
 རང་སའི་མི་ཁྱིམ་ཟེར། ལྷ་ནང་བར་ན་མི་གཅིག་གི་ ། ཆོག་ལ་
 ཉན་ན་ཆོད་དེ་བཟང། དེས་པར་གཉིས་འདི་གསུམ་བབས་ན།
 ལས་དོན་གང་ལ་རིམ་གྱི་མོད། བྱུང་སྤྱི་ལྷ་འདི་བབས་ན། ལྷ་ཆེན་
 དང་ནི་དགོན་གནས་ལ། བསྐྱབ་བཅཔ་བསྐྱབ་བསྐྱབ་ན་པོ། ལྷ་
 སྤྱང་བསྐྱབ་གསེལ་སྤོང་ཆར་འདོན། བདུན་གཅོད་དྲག་པོའི་སྒྲོན་ས་
 བསྐྱབ། ལན་ཆགས་གཏོར་མ་གང་མང་དང། བརྒྱ་ཅ་བརྒྱ་བཞིའི་
 རིགས་སོགས་འབད། ལྷ་ས་གཉིས་སུ་འདི་བབས་ན། དག་མེད་
 བསམ་པའི་དོན་དེ་འགྲུབ། ལྷ་ཡི་སྒྲོབ་ཅིང་ལྷ་གསེལ་བ།

གསུམ་བབས་ལ་བཡུམ་སྐས་གསུམ་འདི། ཚུར་འོང་འགོན་ལྷ་
 གྲོགས་དང་འཕྱད། སྤྱང་སྤྱི་ལྷ་དང་བཅས་ཉེ་འོང། བར་འགོ་
 བཟའ་མི་ཁ་མི་མཐུན། འགོན་པ་ཡོད་ཀྱང་ཆོག་མང་ན། འགོ་ཡང་
 མི་འགོ་དོན་ཡང་དལ། ཆོད་ཁེ་པམ་ཚུལ་དེ་དང་འདྲ། རང་ས་
 གསུམ་པ་འདི་བབས་ན། ལྷ་སྤྱང་བཅཔ་པ་འདྲིང་དུ་བཤད། མི་
 བདུན་མི་ལྷ་མི་གསུམ་ཁྱིམ། བོར་ཐུག་རུང་གིས་མ་འོངས་ན། ལྷ་སྔ

འོན་ཀྱང་སྒྲིང་པོ་དང་། མཚན་སྒྲགས་མང་འདོན་ཅོད་རྩེ་མོ།
 དཀོན་མཆོག་བཅེགས་དང་ཕལ་པོ་ཆེ། མདོ་མྱེའི་རིགས་རྣམས་
 བཏོན་ན་ལེགས། རང་གི་དགོས་ཀྱི་ལྟ་སྤང་ལ། བཙོན་ཡང་ཆོ་མར་
 བཅུག་སྤམ་ཐོངས། དེ་ལྟར་སྤང་བ་མ་བྱས་ན། རླབ་བདུན་ནམ་
 ཚུན་ཆད་དུ། སེམས་ལ་མེ་བདེ་བ་བྱིའོང། བོར་སྒྲོར་སྒྲོར་བ་གང་ལ་
 ཡང་། རྩས་(གཞི)པའི་ཆན་པོ་དྲག་ཤོས་ཀྱིས། སྒྲིང་སྒྲོན་བཤད་ན་
 དལ་ཤིང་མེད། ཞག་གསུམ་ཚུན་ལ་མ་རྟེན་ན། དཔྱ་ཐག་ལག་རུ་
 འཆོར་ཉེན་གང་ལ། ལྷུང་དུ་བཅུལ་ལ་འབད་བ་བྱོས། ཡ་རོལ་དཔྱ་
 དང་པ་སྤྲས་ལ། ལྷུང་རྟེན་བྱེད་པ་སྤང་སྤྱོད་མ་བཟ། དེས་དྲག་ཅན་
 གྱི་མི་ཅིག་ཡིན། ལྷུང་ལྟ་མཆོད་ཅིང་ལྷུང་དུ་འབྱུང་། བད་ལྷ་ཡིན་ན་
 སྤྱི་ལྷ། ལྟ་འདྲེ་དྲག་ཤོས་གཞོད་པ་ཡིན། བག་འཆ་སྤྱོད་ཅིང་སྤྲོན་
 གྱིས་སེལ། དེ་ལས་འགྲུངས་ན་ནད་ལྷན་རིང་། སྤྱི་ལྷ་ཡིན་ན་རླ་
 བདུན་གཟབ། དེ་ལས་འགྲུངས་ན་སྤྲག་མི་དགོས། གཞན་ཡང་ལྟ་
 དང་སྤང་མ་ལ། གཉེར་གཏད་བྱས་ན་དཔྱ་དཔལ་རྒྱལ། བསམ་པའི་
 དོན་ནི་ངང་གིས་འབྱུང་། ཉེ་མ་གསུམ་བཞི་ཚུན་ཆད་དུ། བཙོན་
 གྲགས་བཟང་པོར་འཕྱོད་པ་ཡིན།

བཞི་བབས་གངས་ཅན་མྱེ་བཞི་ཡིན། བཙོན་ལྷ་མི་ཆེན་དྲག་
 ཤོས་ཅན། གཞི་བཟིད་ཅན་དང་ལྟ་ཅིག་འོང། སར་འགྲོ་གྲགས་
 བཟང་མེད་པ་ན། གཞན་གྱི་དབང་དུ་འཆོར་དོགས་ཡོད། གཞན་གྱི་
 དབང་དུ་སོང་བ་ན། ཆོང་དང་ཁེ་ལ་འབྲིང་ཅམ་ཡིན། འོན་ཀྱང་

རང་སའི་ཁྱིམ་པ་ན། ཐབས་ཤེས་ཤེས་སྟེགས་བྱས་ན་འཆོངས།
 གཞི་ལྷ་ཉི་མེ་དག་འདོན་དང་། ཆ་གསུམ་བཞེགས་གཏོར་ཅི་མང་
 གཏོར། གཞི་ལྷ་སྦྱོན་མེད་ཁས་བླངས་ཆོག ། བོར་སྦྱར་ཡིན་ན་རི་
 ཆེ་དང་། ཉགས་ཆལ་དཀྱིལ་ལམ་ཆུ་མིག་འགྲམ། དེ་འདྲར་བཅལ་
 བུམ་གས་མགོ་གོ། ཡང་ན་བཅུན་པ་ཐུགས་པ་དང་། མི་ཆེན་འདྲ་
 བའི་སྐད་སྟན་བཤད། ཁ་མཆུ་གཏུགས་བཤེར་ཡིན་པ་ལ། ཁ་མཆུ་
 ཉགས་པོ་སྦྱར་འདོན་བྱས། ཤེས་སྤྱང་ག་མནན་དག་བྱུང་བྱས། དེ་
 སྤྱར་དེ་ལ་འཛིགས་མི་དགོས། ཉན་ལྷ་ཡིན་ན་རིམ་གྱོ་མང་། གསེར་
 འོད་ས་བཅུ་ཆར་བཅུན་གྲོག། སྤྱི་ལྷ་ཡིན་ན་བྱིས་པ་ལ། ས་མ་ཐར་
 བྱེད་སྤྱང་འཁོར་ཐོགས། དེ་ནས་སྤྱི་འདོགས་པ་མེད། མགོན་ལྷ་ཆོས་
 ཀུན་དག་མེད་ཅིང་། གྲོགས་དང་འཕྲད་ཅིང་བསམ་དོན་འབྱུང་།
 གཞི་ལྷ་ཡིན་ན་རྩོམ་ཤིང་། རྒྱུད་ཉའི་དར་སྟོག་བཅུ་གསུམ་སྦྱར།
 དག་ཉའི་དབྱང་བསྟོད་བཅུ་གསུམ་གྱི། རྒྱུ་སྤྱང་བྱས་ན་བཟང་བར་
 བཤད།

རྒྱ་བབས་ཆོན་པ་སེང་གེ་ཡིན། མགོན་ལྷ་ལྷུར་དུ་འོང་བ་
 ཡིན། རང་ས་མནན་པའི་ར་རྒྱལ་ཆེ། དཀར་པོ་སྦྱོན་པོ་གོས་རིགས་
 གྱི། རྩོམ་ཤེས་ལྷག་དུ་ཐོགས་ནས་ཡོད། ཉིན་གཅིག་ཚུར་ལ་སྤྱོད་པ་
 ན། མོ་འདི་བདེན་པ་རྒྱུན་ཡིན་ཟེར། སར་འགྲོ་དེ་དང་མཆུངས་
 པར་བཤད། ཆོང་དང་ཁོར་ཤེས་ལྷག་དུ་འོང། གཞི་ལྷ་གཟུངས་
 ཆེན་ཤིང་ཤོད་དང་། གཟུགས་ཏོར་ཤིང་བཞི་ཅི་མང་ཐོན། དེ་ལྟར་རིམ་གྱོ

མའབྱུང་ན། རྒྱལ་ཅིག་ལོ་གཅིག་ན་ཉིད་དུ། ལྷ་འདྲེ་རྩེ་བརྒྱད་ཟླ་ཁ་
 རྩོན། དཔྱ་འདྲེ་ཕུང་གསུམ་འོང་དྲགས་ཡོད། དེ་ནས་ཕྱི་རྟགས་ཕྱི་
 རྩོན་ནོ། བོར་རྩོར་ཡིན་ན་མུར་དུ་སྒྲིབ། དཔྱ་དང་ཁ་མཆུ་ཅོད་པ་
 ལ། རང་ཉིད་རྒྱལ་བར་ཁས་སྤངས་ཆོག ། མེད་གེ་གངས་ལ་
 གནས་པ་ལ། སྒྲིག་ཆགས་གཞན་གྱིས་གནོད་མི་ཆུགས། སྒྲིག་ཕྱ་
 ལེགས་པ་དེ་དང་འདྲ། བད་ཕྱ་གདོན་གྱི་གཞི་མ་ཡིན། བཅན་དུང་
 རྒྱལ་གདོན་ཡིན་ཤས་ཆེ། དེ་མ་གྱོ་ཆོ་དབང་ཆོ་གཟུངས་དང་།
 གཟུངས་བསྐྱུས་གཞིར་འོད་ཅི་མང་ཐོན། སྒྲི་ཕྱ་ཡིན་ན་ཐུགས་གཅོད་
 མཐན། བདུན་གཅོད་དཔྱ་པོ་རྒྱབ་པ་དགོས། མནན་བསྐྱེགས་
 འཕུང་གསུམ་བྱེད་པ་དགོས། མགོན་ཕྱ་གྲོགས་ཕྱ་ལམ་དཔྱ་དང་།
 ཆོམ་རྒྱ་མེད་ཅིང་བསམ་དོན་འབྱུང། ལྷ་སྤང་བཟན་ན་མིན་ཏུ་
 ལེགས།

དུག་བབས་ཕུག་མཚན་སྤྱབ་པ་ཡིན། མགོན་ཕྱ་སྒྲོ་སེམས་མི་
 བདེ་འབྱུང་། ཡང་ན་རྒྱང་དང་ཁ་ཆར་གྱིས། བམ་བྱས་གཏམ་ངན་
 བྱེད་ནས་འོང་། འོན་ཀྱང་འབྲུལ་སྒྲོ་ཆེན་པོ་མེད། ཁི་ཆོང་ལྗོངས་
 འཆོལ་བ་ལ། དེ་འགའ་ལེགས་ཏེ་དེ་འགའ་ཉེས། ལེགས་ཉེས་ནམ་
 པ་ལྟ་ཆོགས་འབྱུང་། བྱ་བགང་ལ་བཟང་སྐད་དང་། ཉེ་མ་མི་འཕྲོད་
 མི་མཐུན་པ། དེ་ལ་དེ་མ་གྱི་བསྐྱུང་བ་ནི། ཉེས་པ་ཀུན་སེལ་མདོ་
 གདུགས་དང་། རྒྱང་བརྒྱད་བཟྱ་མིས་བཅེགས་མདོ་དང་། རོམ་ལྷ་
 ལྗོངས་རྒྱན་མ་ལ་སྐྱེས། ལྗོངས་ལྷ་ལྷོ་དེགས་སྐྱེས་ལྷ་རྣམས་ལ།

གཟུངས་བསྐྱབ་འབད་ཚེ་ལ་བྱས་ན་ལེགས། གཞན་ཡང་ལྷན་གཉིས་
 ལྷ་བསང་དང་། བུམ་གཉེས་ལེགས་པོ་བྱེད་པ་དགོས། གཞན་ཡང་
 པ་མ་འི་དུར་ས་དང་། གཉེས་ས་ལོང་ལོང་ (ལོ་ལོན) གནས་ས་ན།
 སད་གམི་མཐུན་ཡོད་པ་འདྲ། གཞན་ཡང་པ་མེས་གནས་ས་སྤྱོད།
 གཞི་ལྷ་ཡིན་ན་རིམ་གྱི་ལ། དགོས་སྤྱོད་རང་གི་ལྷ་སྤྱོད་ལ། གསེལ་
 མཚོད་རྒྱན་པར་བྱས་ན་བཟང་། འདི་ཉིད་ལན་གསུམ་བབས་ལྟར་
 བ། ལྷ་ལོར་ཟས་ལ་གང་སྤྱོད་འབྱུང་། དེ་ལ་འབྲམ་དང་མཚོད་ཉིན་
 སོགས། རིམ་གྱི་གང་བྱལ་པ་འབད་ན། སེམས་ལ་བདེ་ལྷག་ལྷ་
 ཚོགས་འབྱུང་། ལྷ་མ་མི་དཔོན་བཀའ་བཀྱོན་ནམ། ཁྱིམ་ས་
 འཛིགས་འོ་ཚོད་འོ་ཡོད། ཡོད་ཀྱང་ལྷ་གྱོང་ཆ་རེ་འབྱུང་། ཁ་མཆུ་
 གཏུགས་བཤེར་ལ་སོགས་པ། ལྷ་ལ་ཁ་མི་ལ་མཚོར་དོགས་ཡོད། བོར་
 སྤྱོར་ལ་སོགས་དེ་དང་མཚུངས། བད་ལྷ་སྤྱི་ལྷ་ལ་སོགས་པ། གནས་
 སྐབས་འོ་བསྐྱང་ཅམ་གྱིས་མེལ། ལྷགས་སྤྱོད་ཁོང་གིས་བྱེད་པ་ལ།
 བཀའ་མོར་འདུལ་ཁོང་ཡིད་ཆེས་མེད། ཆོ་སྤྱོད་དང་ནི་སྤྱོད་བསྐྱེད་
 དང་། གཤིན་ཇི་ལྷོ་ཚོགས་ཚོགས་ལ་སོགས་འབད། ལྷ་ཏུ་སོང་བའི་
 མི་ཡིན་ན། དག་དང་ཆོམ་རྒྱན་ཁ་མཆུ་འཕྱང་། གྲོགས་ལ་མི་འཕྱང་
 ཁ་འགྱོད་འོང་། གཅེས་ནོར་ཚེག་ན་ཤོར་དོགས་ཡོད། དེ་ལ་དག་
 བྱལ་བསང་མཚོད་དགོས། འདི་ཉིད་ལན་གསུམ་བབས་ལྟར་བ།
 མར་བསམ་ལས་ལ་བར་ཆད་མང། དོན་ཡང་མི་འབྲལ་བ་མཚོགས།
 བདུན་བབས་ལྷགས་ཀྱི་ཐོ་བ་ཡིན། མཚོན་ལྷ་ལྷག་ཉེས་མ

སྒྲེབས་ན། ། ཞག་གསུམ་ཚུན་ལ་མེ་འོང་བྱེད། ། ཡང་ན་སྒྲོ་མ་ཐུན་མི
 དང་འཕྲད། ། ཐུ་དལ་བྱེད་ཀྱང་དོན་ནི་འབྲུག། ། ཁ་ཏྲི་ག་དམར་སྒོན་
 ལོས་ཆས་ཅན། ། ང་རྒྱལ་ཅན་གྱི་མི་གཅིག་འོང། ། བོར་སྒྲོར་ཡིན་ན་ས
 དམར་དང། ། སྒྲག་དམར་འདམ་དམར་གནས་སུ་སྒྲེལ། ། རྒྱ་ལོར་
 བཅའ་བའི་མི་ཡིན་ན། ། ཅུང་ཟད་ལག་ཏུ་འོང་བ་ཡིན། ། ཆེན་པོ་རྟེན་
 པ་དག་འཛོམས་གདལ། ། གཞི་ཕུ་བདེ་སྦྱིད་བདེ་ལེགས་འབྱུང། ། གཞན་
 གྱིས་གནོད་པས་མི་ཚུགས་སོ། ། ཁ་མཚུ་ག་ཏུགས་བཤེར་དག་ཀྱན་
 ལས། ། རང་ཉིད་རྒྱལ་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད། ། ནད་ཕུ་ཡིན་ན་བན་པོན་
 གྱི། ། ལག་ནས་ལྷགས་ཇས་ཁ་ཐོ་བྱུང། ། དེ་ལས་གདོན་གྱིས་འཁྲི་དང་
 བཟུང། ། ཡང་ན་གཟེར་བ་ལྷ་སྤུའམ། ། གདོན་ངན་ཇས་དང་དམར་
 ཆས་རིགས། ། དེ་ལྟར་སྤངས་པའི་རྒྱུན་རན་ཡོད། ། དེ་ལྟར་ཕྱིར་སྤྱད་
 རིམ་གྱོ་ལ། ། འཇོག་པ་ཟོར་རོ་གྱིས་ལ་འབད། ། བཙོ་འཕེན་འདུལ་བ་
 དྲག་པོས་བྱུག། ། ཞག་གསུམ་ཚུན་ལ་ཚོད་པ་དགོས། ། རྟོར་ལ་གོང་ཁ་
 དམར་རོ་ཡོད། ། སྤུ་ཡིན་ན་སྤོང་བརྒྱན་དང། ། སྒྲོབས་པོ་ཆེ་ལ་ཅི་
 ཐུབ་འབད། ། ལྷགས་འདུལ་སྤུ་བརྒྱང་དྲག་པོས་འདུལ། ། གཞན་ཡང་
 འཕྲིན་ལས་དྲག་པོའི་ལས། ། རྒྱར་དུ་འབྲུག་པར་ཐེ་ཆོམ་མེད། ། ཐུ་
 སོང་མེལ་དག་ཀྱན་དང། ། མི་འདོད་ཉིད་འཆོ་ཀྱན་ཞི་ཞིང། ། བཙུན་
 པ་ཡིན་ན་ཐུ་དལ་ཆེ། ། གང་བསམ་རང་གི་སྒྲོ་ལ་ཁེལ། ། དེ་ནས་སུན་
 སུམ་ཆོགས་པར་འབྱུར། ། འདི་ནི་ལན་གསུམ་བབས་ལྟར་ན། ། རེས་
 བར་འདི་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད། །

བརྒྱད་བབས་ཤེས་གྱི་ཕྱིར་པ་ཡིན།། འོན་ཀྱང་མགོན་ཕྱ་ཡིན་
 པ་ལ།། ཉི་ཆད་བགོས་ནས་ཁས་སྒྲུངས་ན།། ལྷ་རྩ་འོང་བར་ངེས་
 ཚིག་གོ།། གཞི་ལྷ་ཡིན་ན་གྲིབ་གྱིས་ཤོགས།། སེལ་དཀར་འཛོག་ཅིང་
 གྲིབ་སེལ་བྱ།། གཡང་སྒྱབས་འདོན་ཅིང་གཡང་འབོད་བྱ།། བསང་
 འབྲམ་མཚོད་འབྲལ་ཚུ་ཚུ་གདབ།། བཀའ་ཐང་སྡེ་ལྷ་དག་འདོན་ནི།།
 ཉིར་གཅིག་ཅམ་ཞིག་བཟོད་པ་ན།། སྔ་གཅིག་བསྐྱུང་བ་དེ་ཡིས་ཚོགས།
 བོར་སྟོར་བྱུང་ན་ལྷ་རྩ་ཉེད།། ཁ་མཚུ་ཚོད་པ་ཕྱི་དལ་ཆེ།། བད་ལྷ་ལྷ་
 དང་ལྷ་གདོན་པས།། མགོ་དང་རྩ་སྟོད་ན་ཉེན་ཡོད།། ལྷ་སྒྲུ་འདོན་
 ཅིང་སྒྲན་སོགས་བསྟེན།། ས་བདག་འབྲུག་བཅས་ལྷ་བཅས་བྱེད།།
 དཀར་པོ་རྒྱག་མདོས་བསྟེན་ན་མན།། ལྷ་སྒྲི་འདུལ་ཞིང་དབང་ཐང་
 ལ།། སྟོལ་མ་བྱི་ཕྱག་མང་ཏུ་འདོན།། རིགས་གསུམ་མཚོད་ཉེན་
 བཞེངས་ན་ལེགས།། གཞན་ཡང་ལྷ་དང་མཚོག་གསུམ་ཀུན།། སྒྲིང་པོ་
 གསོས་དང་གསར་བ་བཅིགས།། དེ་ལ་སྒྲུབས་གསོལ་བྱེད་ན།། དངོས་
 ལྷ་བཟང་པོ་འབྱུང་བར་འབྱུར།། ཕྱི་ཏུ་སོང་ན་དག་ཀུན་དང།།
 དྲག་པོ་འཛིགས་པའི་རིགས་དཔུང་མེད།། སྟོགས་ལྷ་པ་དང་མ་འདྲ་
 འཕྱད།། བསམ་དོན་འབྲུབ་ཅིང་གཞན་ཡང་ནི།། སྒྲིང་བའི་སྒྲིང་དང་
 མི་ཆེན་གྱིས།། བྱད་དང་ཕྱར་ཁ་ཡོང་དོགས་ཡོད།། སྟོགས་བཞི་བརྒྱ་
 བཞི་མཚམས་བཞི་ལ།། འབར་ཆེན་རྫོགས་ལ་བརྫོགས་པ་བྱ།། སྒྲིང་རྫོགས་
 དྲག་པོ་མཁུས་ན།། སྟོགས་ལ་ན་ཆ་དྲག་པོ་དང།། ཆག་ཆེ་ཉམང་འོང་
 དོགས་ཡོད།། ལྷ་པར་འདི་ནི་བབས་པ་ན།། དེ་ལ་ཕྱི་རྟགས་འདི་

གཅེས་སོ།

དགྲ་བབས་སྒྲིག་གི་འཁོར་ལོ་ཡིན། མགོན་ལྷ་རང་སྐྱེས་མ་
སྒྲིབས་ན། གཞི་མ་ཡོད་པར་ངེས་པ་ཡིན། མང་པོ་སྒྲིས་ཅིང་མདོ་
བཏོན་ན། རྒྱལ་ས་ཅམ་འབྲུག་ཅིང་ལ་ཐང་མེད། གཞི་ལྷ་དགྲ་འདྲེ་
ཀྱུང་གསུམ་མང་པོས་གཅོས། སྒོན་དུས་པ་མེས་བཟང་པོའི་དུས། མི་
དར་ལྷ་དར་བཟང་པོ་བྱུང། དེ་དུས་ལྷ་སྤྱང་བཟང་པོ་ལ། གསོལ་
མཆོད་བྱས་པའི་བྱིན་རྒྱབས་ཡིན། ཕྱི་དུས་ལྷ་སྤྱང་མ་མཆོད་དོ། དེ་
ནས་ལྷ་སྤྱང་མ་དགྲེས་པས། རྒྱུད་ལྷ་ག་རྣམ་པ་སྒྲུལ་སྤྱང་། ད་ལྷ་
སྤྱང་མ་མཆོད་ན། དགྲ་རྒྱུན་ལྷང་བས་དོགས་ཐོན་གྱིས། ད་ལྷ་
སྤྱང་མཆོད་དགོས་ཟེད། ཡེ་འགྲོ་ཟེར་ན་མི་འགྲོ་ཟེད། ཡེ་ཡོང་
ཟེར་ན་མི་ཡོང་ཟེད། ཡིན་ཀྱང་སྒོན་དུ་དེའི་སྐད་ཐོས། བོར་སྒྲོར་
ཡིན་ན་སྤྱར་མོ་གྱིས། མི་གཅིག་སྐད་སྒྲོན་ཐོས་པ་འདྲ། བད་ལྷ་ཡིན་
ན་ནད་གཞི་ཆེ། ཡིན་ཀྱང་མེ་སྤྲུག་ཆུ་ལས་ཐར། དམར་དང་འཁོན་
འཛིང་གི་བོ་གདོན། རྣམ་འདོམས་སྟེ་བཅེགས་བྱ་བ་ཁྲུས་གཅོས། ལྷ་
སྤྱང་མཆོད་པས་ངས་གང་མང་བྱ། བ་སྤྱན་ཉེ་རྒྱལ་ས་དགྲ་ཏུ་ལྷང།
ཕྱི་དུས་ང་བའི་མགོན་པོ་ནི། ཉིན་གཅིག་ཞག་གཅིག་ཚུན་ཆད་དུ།
དགྲ་རྒྱུན་ལྷང་བའི་ངོ་ཡོད་པས། དེ་ལ་དོགས་ཐོན་བྱ་ར་གྱིས། ཞག་
གསུམ་པན་ཆད་དགྲ་མེད་ཐར། དོན་ལྷ་ཅུང་ཟད་ཕྱི་དལ་ཆེ། ཡིན་
ཀྱང་དགྲ་མེད་ལྷགས་སྤྱབ་དེ། རིམ་གྱོ་སྤྱར་དུ་བསྐྱབས་པ་ན། དོན་
རྣམས་སྤྱར་དུ་འབྲུག་ངོ་ཡོད།

བཅུ་བཅས་ཕྱག་མཆན་དོ་རྩེ་ཡིན། ། གཞི་ཕྱ་མཐོན་ཕྱ་དོ་རྩེ་
 འདྲ། ། གཞན་ཡང་མཐོན་ཕྱ་འདི་བཅས་ན། ། མི་སྒྲིབ་རང་གི་ཡུལ་ན་
 འདུག ། ཡང་ན་ཉེ་སར་ཆ་ལག་གི། ། ཟུང་ཏུ་ཕྱིན་པ་འདུག་པ་
 འདྲ། ། བཅུན་ཆོས་ཅན་ནམ་ཐུགས་རིགས་སམ། ། ཉིན་གཉིས་ཉིན་
 གཅིག་ཆེད་ཏུ་འོང། ། དེ་འདྲའི་གཏམ་ངན་འོང་དོགས་ཡོད། ། བོར་
 ལྟོར་ཞག་གཅིག་ཚུན་ཆད་ལ། ། ཟུར་ཏུ་ཉིད་པར་མ་ཟུར་ན། ། དཔལ་
 ཕྱགས་སོང་བའི་ངེས་པ་ཡོད། ། སྒྲིལ་དོན་ཕྱ་ཕྱོགས་ངོ་མེད། ། བད་ཕྱ་
 ཡིན་ན་བན་བོན་གྱིས། ། སྒྲིག་ཕྱ་བར་ཆད་ངེས་པར་སེལ། ། སྒྲིབ་རྩལ་
 རྒྱལ་མའི་རྩལ་གནང་དང། ། ཆོ་མདོ་གདུགས་དཀར་ཅི་ཐུབ་འབད། །
 གཞན་ཡང་དམ་ཅན་ཆོ་འཕྱུལ་ལ། ། བསྐྱང་གསོལ་སྟོང་ཆར་བྱེད་པ་
 དཔོས། ། ཟུག་ཕྱ་བའི་ཆར་བདུན་བསྒྲིལ། ། དེ་ཡི་བར་ཆད་སེལ་བར་
 བྱེད། ། རང་གི་རྒྱ་ཁོར་བདེ་སྦྱིད་ལ། ། སྟོང་འབབ་མི་འཕྱུར་བཟན་པ་
 ཡིན། ། གཞན་ནི་ཆེན་པོ་འཕྱོང་མི་འཕྱུར། ། ལྷ་བསྐྱབ་བསྐྱོན་པ་ཆོ་
 བསྐྱབ་ལ། ། རྒྱལ་མཆན་ཅེ་མའི་དཔུང་རྒྱན་དང། ། གཞན་གྱི་མི་ཐུབ་
 གཅེས་པའི་གཟུངས། ། འདོན་ཅིང་ཚོད་ར་ཐུར་བ་གཅེས། ། གཞི་ཕྱ་
 ཡིན་ན་ཕུར་ཁ་གདོན། ། དེ་རྒྱན་བྱས་ནས་སྐབས་སུ་ནི། ། དཔལ་འདྲེ་
 རྒྱད་གསུམ་ཐུང་བ་ནི། ། སྒྲི་སེམས་མི་བདེ་དཔལ་ཆེ་འཕྱུང་། ། དེ་ཕྱིར་དེ་
 ལ་བསྒྲིག་པ་གཅེས། ། གཞན་ཡང་འདོད་དོན་གང་འགྲུབ་ན། ། སྒྲིབ་
 དཔོན་པར་འཕྱུང་གནས་གྱི། ། བསམ་པ་རྒྱན་སྒྲིབ་གསོལ་འདེབས་ལ།
 གང་འདོད་འབད་ན་བསམ་དོན་འགྲུབ། ། དེ་ལ་སྒྲིལ་བ་ཤིན་ཏུ་

མོ། ལྷ་རྩ་འདུའ་འདུམ་མི་འབྱུང་ཅིང་། འདུའ་འདུའ་ལང་ལོང་བཟང་
 ཟིང་ལོང་། དམག་ཇག་ཀྱན་མ་མཐུ་བཟུབ་ན། ལྷ་རྩ་འབྱུང་ཅིང་
 དགའ་བའི་ངོ། བཞེགས་འདུའ་གདོན་འདུའ་གསོ་བ་དང་། མེར་
 བ་བཟུང་དང་ཆར་བ་འབབ། ལྷ་རྩ་ལུ་ལུ་དང་བསང་མཆོད་
 འབད། ཞེ་ཡོང་འགྲོན་ལྷ་ལྷ་རྩ་ལོང་། ལྷ་རྩ་ལྷ་རྩ་ཆོགས་བཅས་
 ཉེ་ལོངས། ཉེ་མ་བཞི་གསུམ་ཚུན་ཆད་ལྷ། མ་ལོངས་མཆོན་ལ་ཁ་
 འགྲོད་ལོངས། ཁ་མཆུ་གཏུགས་བཤེར་བྱ་བ་ལ། ལྷ་རྩ་གསོལ་
 མཆོད་དམ་ཅན་ལ། གཏོར་མ་གཏོར་ཞིང་བསྐང་བཤགས་ལ། དམ་
 མན་དམ་ལྷ་བྱེད་པ་དགོས། ལྷ་པར་ལྷ་པར་འདི་བབས་ན།
 བད་ལྷ་ཡིན་ན་འབྲིང་ཅམ་མོ། དམ་མོ་དག་ཏུ་བྱེད་པ་དགོས། དམ་
 མོ་ལྷ་རྩ་མ་བཟུབས་ན། དམ་དང་ཁ་མཆུ་ལོང་ངོ་ཡོད། དེ་ལྷ་
 དམ་མོར་འབད་པར་བྱ། བོར་ལྷ་ཡིན་ན་ནགས་ཆལ་དང་། ལྷ་
 མཆོར་མདོར་སོང་མ་ཉིད་ན། དམ་ཇག་ལྷ་ཏུ་འཆོར་ཉེན་ཡོད།
 ཅད་གཅོད་ལྷ་རྩ་དམ་པར་གྱིས། གཞན་ཡང་ཤོ་མོ་འདི་འདེབས་
 ལྷགས་ལ། གཞི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་གསུམ་ཏུ་བཟྱག་པར་བྱའོ། མཆོན་
 ལྷ་བོར་ལྷ་ལྷ་གཅིག་བཟྱག་པར་བྱའོ།

མང་ཆེན་ཞོར་བྱ་དག་འདུལ་གྱི་མ་ཡིག་

གསལ་བའི་མེ་ཡོང་།

༡༡། སྤྱབ་དཔོན་པར་འབྱུང་གནས་ལ་ཉག་ཏུ་གྲས་པས་ཕྱག་
འཆལ་ལོ། ། འཇམ་གླིང་རྒྱལ་པོ་གེ་སར་ནི། ། བཀ་པོ་བདུད་ལུལ་ཕྱོན་
པའི་དུས། ། བརྒྱུགས་མོ་འདི་དག་མཛད་པ་ལྟེ། ། དཀའ་ཆོགས་རྒྱང་
ཞིང་མངོན་ཤེས་ཆེ། ། བདར་མོ་ལག་ཏུ་ལེན་པ་ནི། ། བས་འབྱུ་ཉིལ་འབྱུ་
རྟེན་སྟགས་ལ། ། རྟེན་དགུ་ནང་དུ་ཉགས་ཅན་གཅིག ། གང་འཛིན་ས་
དགུ་པོ་ལག་ཏུ་སྟོན་ལ། ། མོ་བདར་རྒྱས་པར་སྟོན་ནི། ། གེ་སར་ཉ་འཛིན་
རིང་མོ་བྱ། ། བསྟོ་བསྟོ་ལྷ་གི་གི་གི་ལ་བསྟོ་བསྟོ་བསྟོ། ། སྤྱ་འཇམ་གླིང་
ཞོར་བྱ་དག་འདུལ་གྱི། ། སྤྱ་དེ་ལ་འཁོར་བའི་ལྷ་སྤྱ་གཉན་གསུམ། ། སྤྱ་
ཆེ་བའི་ལྷ་ཆོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། ། དེ་རིང་སྤྱན་འདྲན་མངོན་ཤེས་
སྟོན། ། དེ་རིང་བཟང་ངན་ཐག་ཆོད་ལ། ། དེ་རིང་མོ་འདི་གསལ་པོར་
སྟོན། ། ཆོས་སྤྱོད་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོས་མོ་སྟོབས། ། ཡོངས་སྤྱ་རྒྱལ་བ་
རིགས་ལྗས་མོ་སྟོབས། ། སྤྱ་སྤྱ་ཤུག་སྤྱབ་པས་མོ་སྟོབས། ། ཡང་རྒྱལ་
གུ་པར་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་མོ་སྟོབས། ། རྗེ་བཙུན་འཕགས་མ་སྤྱོལ་
མས་མོ་སྟོབས། ། འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་མོ་སྟོབས། །
རྗོད་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་མོ་སྟོབས། ། གསང་བདག་ཕྱག་ན་རྗོད་སྟོབས་
མོ་སྟོབས། ། ཅ་བརྒྱད་སྤྱ་མ་རྣམས་ཀྱིས་མོ་སྟོབས། ། ཡིད་མ་ལྷ་ཆོགས་
རྣམས་ཀྱིས་མོ་སྟོབས། ། མ་སྤྱིང་མཁའ་འགྲོ་རྣམས་ཀྱིས་མོ་སྟོབས། །
ཆོས་སྤྱོད་སྤྱང་མ་རྣམས་ཀྱིས་མོ་སྟོབས། ། ལུལ་ལྷ་གཞི་བདག་རྣམས་
ཀྱིས་མོ་སྟོབས། ། ཞོར་ལྷ་གཉིར་བདག་རྣམས་ཀྱིས་མོ་སྟོབས། ། སྟོན་ལྷ་

ཆེན་ཆངས་པ་དཀར་པོས་མོ་ཕོབས། བར་གཉན་ཆེན་སྤྱ་ལྷ་གེར་
 མཛོད་གཉན་པོས་མོ་ཕོབས། འོག་སྤྱ་རྒྱལ་གཙུག་ན་རིན་ཆེན་གྱིས་མོ་
 ཕོབས། ལུ་པོ་དུང་སྤྱང་དཀར་པོས་མོ་ཕོབས། ཤ་ཉེ་གཉན་རྟག་
 དམར་པོས་མོ་ཕོབས། ལུ་པོ་སྤྱ་སྤྱག་འོད་ལྷན་གྱིས་མོ་ཕོབས། དྲ་ག་
 ལྷ་མེ་རྟག་དམར་པོས་མོ་ཕོབས། ཡ་སྤྱི་གནམ་སྤྱན་དཀར་མོས་མོ་
 ཕོབས། ཡ་ཞེ་གོང་སྤྱན་རྒྱལ་མོས་མོ་ཕོབས། སྤྱི་མོ་སྤྱོད་ལྷ་མ་དཀར་
 མོས་མོ་ཕོབས། མ་གཅིག་གཡུ་ཡི་སྤྱོད་མས་མོ་ཕོབས། སྤྱིང་རྒྱུང་བ་
 ལེ་འོད་སྤྱོད་གྱིས་མོ་ཕོབས། ཆོ་འཛོན་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་མོས་མོ་
 ཕོབས། ཆོད་ཤོགས་དུང་སྤྱང་ལྷ་མོས་མོ་ཕོབས། མོ་མ་གཡུ་མདོག་
 ཚལ་མིག་གིས་མོ་ཕོབས། གཞི་བདག་མཆོད་སྤྱོད་རས་མོ་ཕོབས།
 མ་རིགས་སྤྱིད་པའི་གཞི་བདག་རྒྱལ་མོས་མོ་ཕོབས། གེ་སར་སྤྱོད་ལུ་
 འོད་གྲུབ་གྱིས་མོ་ཕོབས། སྤྱིང་གི་དཔལ་རྒྱལ་སྤྱོད་མཐུན་མོ་ཕོབས།
 ཡང་རྒྱལ་དམ་པའི་མེ་བདུན་གྱིས་མོ་ཕོབས། སྤྱིང་གི་ཁྲ་སྤྱག་སྤྱང་
 གསུམ་གྱིས་མོ་ཕོབས། འཛོམ་ལུ་སྤྱིང་གི་གཞི་བདག་ཐམས་ཅད་གྱིས་
 མོ་ཕོབས། སྤྱོད་ལུ་ལྷ་འཁོར་སྤྱོད་མཐུ་དུག་ཅུས་སྤྱོད་མོ་ཕོབས།
 གསལ་པོར་ཕོབས་ཤིག་ བདེན་ཆུན་གྱི་ཤན་ཕྱེས། ལེགས་ཉེས་གྱི་
 གཏིང་ཐག་ཆོད། ཡོ་ཡོ་རྒྱུ་མགས་ལན་བདུན་བཛོད་དེ་རྟུ་ལ་སྤྱ་
 བཟུངས་པ་འཕེན་པར་བྱའོ།

དང་པོ་ལ་བབས་ན། རི་རྒྱལ་བཞིན་དུ་བཟུངས་པས་བཟང་།
 རི་རྒྱལ་གཡོ་འགྲུལ་མེད་པ་བཞིན། གཞི་ལྷ་ཕྱི་ལྷ་ཀུན་ལ་བཟང་།

ལྷ་བ་མིག་ནང་ཕྱི་དལ་ཆེ། འོན་ཕུ་ཕུར་དུ་འགྲུབ་པར་དགལ། བྱིས་
 སུལ་ན་གྱིས་འགྲུབ་པའི་ངོ། གློ་ཕུ་འགྲུར་མེད་བརྟན་པ་ཡིན། ཆོང་
 ཕུ་འཕྲད་ཀྱང་ཆོང་མི་འདུམ། མགོན་ཕུ་གཞི་ནས་མ་བཀྲགས་འདུག།
 བད་པ་བད་ཀན་ནང་གཞི་ཆེ། བད་ལུན་ཅུང་ཟད་རིང་བ་འདྲ།
 སུགས་སུ་སྤྱོད་ཕྱོད་མེད་པའི་ངོ། གདོན་ཕུ་ས་བདག་སྤྱུ་གཉན་ཏེ།
 མཆོམས་བཞི་གང་ལོན་མེད་པོ་འཕ། ཡང་ན་རིན་པོ་ཆེ་རིགས་
 གདོན། ཉ་མགོན་ཕུག་དོར་བསྟན་སྤྱབ་དང་། སྤྱ་ཡི་གདོན་གྱིས་
 སྤང་སྤོང་འདོན། རྩོམ་མཆོད་དང་སུ་ཕྱུ། བོར་བ་རི་ཆེན་དཀྱིལ་
 བཞེད། དག་ཕུ་པར་ལ་མི་བྱུབ་ཀྱང་། ཆུར་ལ་འོང་བའི་དག་མེད་
 བཟང་།

གཉིས་པ་ལ་བབས་ན། གཉིས་འདི་སྤུལ་མོ་བསྟན་འགྲུར།
 མ་འགྲུར་སྒོ་ཕྱི་ནང་མཆོམས་ཡིན། གཞི་ཕུ་བྱིས་ཕུ་འགྲུར་ཞྭ་ཆེ།
 བྱེད་མ་ཡིན་པས་ངེས་ཆ་མེད། གློ་ཕུ་ལམ་དུ་འགོ་བ་དགལ། འོན་ཕུ་
 འགྲུར་ཞྭ་ཆེ་བ་ཡིན། ལྷ་བ་གནང་མེན་ཐག་མི་ཆོད། མགོན་ཕུ་
 བོར་སྟོར་ཤོར་ངོ་འདྲ། བད་པ་ཆོང་རྒྱང་གཉན་ནང་ངོ། ཅུང་ཟད་
 བདེ་ཡང་སུགས་མི་ཉག ། གདོན་དུ་རྒྱལ་བ་མེན་མེའུ་རང་གདོན།
 ཀྱར་དག་སྤྱབ་བསྒྲིག་རྒྱལ་མདོས་དང་། ལྷ་ཕུ་མོས་ཆ་གི་བ་ཅན་
 གདོན། རྒྱལ་བ་མེན་སྤང་བཟུང་གོས་ཡོད། བོར་སྟོར་རིག་ཤམ་སྤང་
 བཞེད། འཕྲུལ་དུ་རྟེན་པ་དགལ་བར་འདུག ། དག་ཕུ་དག་རྒྱབ་
 ཤོར་ངོ་འཕ། རུང་ངོ་སྤང་ངན་ཐོས་ངོ་ཡིན།

གསུམ་པ་ལ་བབས་ན། མེ་ཆེ་དཀར་མོ་གངས་ལ་འབྱེད།
 མེང་གཡུ་རལ་རྒྱས་པར་དག་ལྟ་ལོང་། གཞི་ཕྱ་འཁྱར་རྩོག་མེད་པར་
 བརྟན། ཞུ་བ་མི་གནང་བརྟན་ཆ་མེད། དོན་ཕྱ་ཕྱར་ཏུ་འབྱུང་བ་ཡུང་
 འབྱེད། གློ་ཕྱ་བཟང་ཡང་ཐག་མི་ཆོད། མགོན་ཕྱ་ལ་ནི་བཤེལ་སྟོང་
 རོ། ཡང་ན་རང་གི་ས་ཐོག་སླེབས། ཆོང་ཕྱ་འཕྲད་ལ་ཆོང་ཡང་
 འདུམ། བད་པའི་མོ་ལ་གང་རྒྱུང་རོ། གདོན་ཏུ་ཐེུ་རང་དམ་སྟེ་
 གདོན། འོར་རིགས་དཀར་མཆོན་ཅན་ནམས་དང་། ཡང་ན་ཤིང་ཆ་
 ལྷགས་སྤྲད་གདོན། ཉ་མགོན་དང་ནི་མེ་ཆེ་སྒྲ། གདོན་གྲོལ་དམ་སྟེ་
 སྤྲད་མདོས་བྱ། བོར་སྟོར་རི་ཕྱང་སྤྲད་ན་ཡོད། དག་ཕྱ་གདོན་པ་མི་
 འོང་ཞིང་། སར་ཆོས་ལ་ཡང་བྱུང་བར་དཀའ།

བཞི་བལ་བབས་ན། སོ་རོག་གྲོགས་འཁྱར་བྱིམ་ཏུ་འབྱེད།
 སྟོ་རོག་ཆོས་སྤྱོད་སྒྲ་བྱ་ཡིན། གཞི་བྱིམ་བཟང་ལ་དག་རོ་མེད། འོར་
 གོད་རྒྱུང་ཐད་འོང་བ་འདྲ། ཞུ་བ་གང་ཞུ་ལེགས་པར་གནང་། དོན་
 ཕྱ་ལ་སོང་སོ་མཐོ། གློ་ཕྱ་ལ་ཡང་བཟང་བ་ཡིན། མགོན་ཕྱ་གྲོགས་
 འཁྱར་ཕྱར་ཏུ་སླེབ། ཆོང་ཕྱ་འཕྲད་དེ་རང་རྒྱལ་བཟང་། བད་པའི་
 ཡན་ལག་རྒྱ་མེར་ནད། གདོན་ཕྱ་ས་བདག་ནི་བོད་དང་། བག་གསུམ་
 བག་པའི་རིགས་གདོན་ནོ། རྒྱུང་སྤྲུབ་གཟའ་ལྷ་སྤྲུང་བ་དང་། ས་
 རྒྱེས་བརྒྱུད་ཀྱི་བསྐྱང་གསོལ་འབད། བོར་སྟོར་རྒྱ་འགམ་མཆོམས་སུ་
 ཡོད། དག་ཕྱ་འཁྱར་རོ་ཆེན་ཡང་། ཁ་སྤྲུམ་དོན་ཤོར་མི་འབྱུང་རོ།

ལྔ་བལ་བབས་ན། གཅན་གཟན་མ་མོ་ཁྱུང་ཏུ་ཉལ། སྤྲུང་

དུ་ཉལ་ན་སྒྲིང་ལ་འཛིན། གཞི་ལྷ་མཚན་ལྷ་ན་ཆ་དང་། ཁ་སྒྲུས་
 འགྲོད་པ་ཡོད་པའི་ངོ་། ལྷ་བ་མི་གནང་བཀའ་བཀྲོན་ཡོད། འོན་ལྷ་
 མི་འབྱུང་སྒྲིང་སྒྲིང་འབྱུང་། མགོན་ལྷ་མི་ཡོང་བྱེད་ལ་ཆེ། འོངས་ན་
 ཁ་སྒྲུས་འགྲོད་པ་ཡོད། ཆོང་ལྷ་འཕྲད་ཀྱང་རང་ཕམ་འབྱུང་། བ་ལྷ་
 མ་ཞི་(ལྷས) བ་ཡི་ནད། ཆོ་ལ་བར་ཆད་ཆེ་བ་འདྲ། གདོན་ལྷ་
 བདུད་བཅན་བསེན་མོ་གདོན། སྒོན་པོའི་རིགས་དང་ཟས་རན་
 གདོན། རིམ་གྱོ་ཕུར་སྒྲུབ་བཅན་མདོས་དང་། བསེན་མོ་དགུ་མདོས་
 དཔུང་བརྒྱུག་ལྷ། བོར་སྒྲོར་རྟེན་པ་མ་ཡིན་ནོ། དག་ལྷ་ཕར་ལ་མི་
 སྒྲུབ་སྒྲེ། དག་མགོ་རང་ལས་མཐོ་བའོ།

དུག་པ་ལ་བབས་ན། གཅན་གཟན་སྒྲུང་མོ་རི་ལ་འགྲིམ།
 སྒྲུང་དར་མ་སྒྲུས་བུའི་དག་ལྷ་ཡིན། ལྷ་ག་པར་མགོན་པོའི་མོ་ལ་
 བབང་། གཞི་ལྷ་འཕྲལ་དུ་བྱུར་ངོ་ཡོད། ཕྱགས་སུ་མི་གཞོད་གཉན་
 པ་ཡིན། ལྷ་བ་འཕྲལ་རྩུབ་ཕྱགས་སུ་གནང་། འོན་ལྷ་ཁ་གྲོགས་སྒྲིང་
 རོར་འོན། སྒོ་ལྷ་ལ་ཡང་བབང་བ་ཡིན། མགོན་པོ་སྒྲུར་དུ་མ་སྒྲིབས་
 ཀྱང་། ལམ་དུ་ལྷགས་ནས་བདེ་བར་འོང་། ཆོང་ལྷ་འཕྲད་ཅིང་རང་
 ཉིད་ཀྱུལ། བད་པ་ཁྲག་མཐིས་ཆ་བའི་ནད། ལྷ་མོའི་བསྐྱང་གསོལ་
 འབྲུགས་བསྐྱང་དང་། ཞི་བསང་ཕྱེ་བརྒྱད་མཆོད་པ་དང་། སྒྲུག་ལ་
 བར་ཆད་མི་འོང་ཅམ། གདོན་དུ་ཡུལ་འདྲེ་གཞོད་པ་དང་། རྩས་
 དམར་དང་ནི་གདམར་གདོན། བོར་སྒྲོར་རི་ནག་མཐོ་སར་ཡོད།
 དག་ལྷ་ཕར་ལ་སྒྲུབ་པས་བབང་། ཚུར་ལ་སྒྲུབ་པའི་དག་མེད་དོ།

བདུན་པ་ལ་བབསན། ཟླ་བའི་འོད་གྱིས་གྱུར་ཁང་ཉམས། ཟླ་
བཀའ་འཁོར་མེད་པ་འདྲ། གཞི་བྱིས་ས་ལ་འཁྱུར་འོད་དུ། ལྷ་བཀའ་
ལྷ་མིག་ནང་དོ། རྫོག་ལྷ་ཉེས་འབྱུང་འོད་དུ། མཚན་ལྷ་ལྷ་རྒྱུ་དུ་སྒྲིབ་
མི་འགྱུར། རྫོག་ལྷ་འཕྱུར་གྱིང་མཇུག་མེད། བདུན་པ་ལྷ་རིགས་
རིགས་ངན་དང་། དར་མ་ཡིན་ན་གྱིབ་གྱིས་ཟིན། ཟུང་ས་ཟད་ནད་
པ་འཆི་བའི་དོ། མཚན་ཆ་ཉེན་གསུམ་རྫིང་བག་དོན། རིམ་གྱོ་རྣམ་
འཛོམས་གངས་མང་དང་། བརྒྱ་བཞི་དང་ནི་ཁྲག་མདོས་དང་།
ཐོར་སྤྱོར་དག་སྤྱོད་ཀྱི་ཤེས་སྤྱ། ཟིན་མཁའ་དག་འཆོག་ཀྱིས་དང་
བཅས་ཏེ། སྐད་གསར་དག་ནི་སྐོས་གྱུང་སྤིང་། དག་ལྷ་དག་མཚན་
ལྷ་པ་འཕྱིབ། ལྷ་རྣམས་དག་ཆེན་མི་འོང་དོ།

བརྒྱད་པ་ལ་བབསན། ཉི་མའི་འོད་གྱིས་སྤྱིང་བཞི་བསྐྱོར།
ཉི་མ་སྤྱིན་གྱིས་མ་བསྐྱིབས་བཟང་། གཞི་ལྷ་ས་ལ་སྒྲིབ་(སྒྲིབ་) འཁྱུར་
འོད་། དོན་ལ་གཞོད་པ་འབྱུང་མི་སྤིང་། ལྷ་བཀའ་མིག་ནང་ག་ལེར་
གནང་། དོན་ལྷ་གང་ཡིན་དོན་འགྱུར་བཟང་། རྫོག་ལྷ་རིག་ལྷ་པ་
སེམ། མཚན་ལྷ་དག་མེད་འཁོར་བའི་དོ། རྫོག་ལྷ་ལ་ནི་བཟང་
བའོ། བདུན་པ་རིམ་མང་དང་མཁྱིས་པའི་ནད། གདོན་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་
དོན་ཡིན། ལྷ་རྣམས་ཆེན་མོའི་བསྐྱེད་གསོལ་དང་། འབར་མ་དང་ནི་
ཁྲག་སྤྱོད་ལྷ། སྤྱོད་ལ་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་ཅམ། ཐོར་སྤྱོར་ཞག་གངས་
ལྷ་སྤྱོད་ལྷ། མི་ལག་མི་འགྱོར་དང་གིས་རྫིང་། དག་ལྷ་པར་ལ་རྣོ་ལ་
ལྷ། ལྷ་རྣམས་དག་མེད་དང་མཚན་མོན།

དགྲ་བལ་བབས་ན། སྤྱིས་བྱས་གོམ་གསུམ་སྤྱིས་ན་དོན་ཀྱན་
 འགྲུབ། བདུད་བཅན་མགོ་ལ་ཐོག་མདའ་ཤོག ། གཞི་ལྷ་མོ་ཅེ་ཐོན་
 པས་བབས། ཞུ་བ་ཡོངས་སུ་གནང་བ་དང་། དོན་ལྷ་གང་བསམ་
 ཡིད་བཞིན་འགྲུབ། སྤྱི་ལྷ་རབ་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གྱུར། མགོན་ལྷ་མགོ་
 ཐོན་ལྷ་རབ་ཏུ་སྤྱེབ། ཆོང་ལྷ་ཁ་གྲོགས་སྤྱིང་ལོན་ལོན། བདུ་ལྷ་མགོ་
 དང་རོ་སྤྱོད་ན། ཅུང་ཟད་ཡོད་ན་བདུད་དང་བྲལ། ཆོ་སྤྱོད་རྩོམ་བྲལ་
 ལས་བཟོན། ལྷ་རབ་དང་ལོ་བཀའ་ཐང་སྤྱོད། ལྷ་མདོས་ལྷ་
 བསང་ལྷ་ཆོག་གྱ། འདྲེ་གདོན་ལྷ་མདོན་རང་ལྷ་སྤྱོད་སྤྱོད། ཐོར་
 སྤྱོད་རི་བོའི་ཅེ་མོ་ཏུ། བེ་ལག་མེ་འགོ་ལྷ་རབ་ཏུ་ལོན། དགྲ་ལྷ་དཔལ་
 རྒྱས་ལྷ་ལམ་ལོན། རང་ལ་དགྲ་པོ་མེ་འོང་བབས། མོ་ལྷ་ཆོ་(ཅེ)
 མོ་མཆོག་རབ་ཡིན། ལྷ་གཡང་མངའ་ཐང་ལོངས་སྤྱོད་འཕེལ། བདེ་
 སྤྱོད་འཛོམས་པའི་བྲལ་ཤིས་ལྷ་ས།

སང་ཆེན་སྤྱིས་བྱ་དོན་འགྲུབ་ཀྱི། ལལ་ལྷང་མདོན་ཤིས་གསལ་
 བ་འདི། མཁྱིན་པ་གཞན་གྱིས་དོ་རྩ་མིན། ཐེ་ཆོམ་ཐེད་པར་ཡིད་
 ཆེས་ན། འབྲུང་འགྲུར་ལོགས་ཉེས་སྤང་དོར་སྤྱོད། བདེན་ཐུན་ལག་
 ཏུ་སྤངས་ན་ཤིས། ལྷ་མེད་ཐུགས་དགོངས་ཆོགས་པར་ཤོག །

ལྷ་བས་བདེའི་རྫོང་མཐོང་ལྷ་ང་

གསལ་སྟོན་མེ།

ཨྱི་ནད་དྲུངས་པ་དང་སྟོག་བཟླ། བོར་བ་ཤར་སྟོགས་ན་
ཡོད། རྟོན་ཕྱ་བཟང་། མཁོན་ཕྱ་ཕྱི་དལ་ཆེ།

ཡུལ་ནད་ཞག་ལྷ་དྲུག་ཚུན་ལ་འཚུབ། རྟོན་ཕྱ་ཕྱར་དུ་འགྲུབ་
པ་དཀའ་ཡང་སྟགས་སྟུབ་ཟང་། བོར་བ་ཤར་སྟོན་ཡོད། ཕྱར་དུ་
བཅའ་དགོས། མཁོན་ཕྱ་ཁ་སྟུང་དང་བཅས་ཏེ་ཕྱར་དུ་སྟེབ།

ཕྱི་ནད་ཕྱར་དུ་དྲུངས་པའི་ངོ། རྟོན་ཕྱ་ཆོང་ལ་བཟང་བ་སྟེ།
བོར་བ་ཕྱར་དུ་ཡོད་པ་འཕྲད། གཞན་ལང་ན། མཁོན་ཕྱ་ཕྱི་དལ་ཆེ།

ཕྱི་ནད་ཕྱར་དུ་དྲུངས་པའི་ངོ། རྟོན་ཕྱ་བར་ཆད་ཆེ་རུང་
ནོར་གྱིས་སྟུབ། བོར་བ་ཕྱར་ལ་རྟེན་གཏོར་འདྲ། མཁོན་ཕྱ་ཕྱར་དུ་
སྟེབ།

ཕྱི་སྟོག་ཕྱ་འཆི་བདག་དག་ལག་ཏུ་དབང་ཤོར་འདྲ། བོར་བ་
རང་རྟེན་ཡོད། མཁོན་ཕྱ་ལྷག་གསུམ་མེ་ཡོང་ཕྱི་དལ་ཆེ།

ཡུལ་སྟོག་ཕྱ་མི་འགྲུར་ཕྱགས་གྱི་པ་བོང་འདྲ། རྟོན་ཕྱ་གང་
བསམ་འགྲུབ། མཁོན་ཕྱ་པོ་གཏམ་སྟན་གྱང་སྟུལ་ལོན་ཞེས་སོ། བོར་བ་
གྲང་ཞེའི་ཕྱར་དུ་ཡོད་ངོ།

ཕྱུག་གི་མོ་ཡི་གཞི་མཐོང་།

གསལ་བའི་མེ་མོང་།

༡༡། ཀ་མོ་སྐྱབས་གནས་ཀྱི་འདུས་ཀྱི་ངོ་བོ། རྒྱ་ཅན་
ཅ་བརྒྱད་ཀྱི་སྐྱེ་མ། ཡིད་མ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཆོག་ས། སངས་རྒྱས་
བྱང་ལེམས་དཔལ་འཛོམས་འགྲོ་ཆོས་སྦྱོར་སྦྱང་མ་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་
ཁྱད་པར་དུ་འདུས་པའི་ཕྱུག་དང་གཞན་ཡང་སུམ་གསལ་འདི་ཉིད་ལ་
བསྐྱེད་ཞིང་སྦྱོར་བའི་གཞི་བདག་གནས་བདག་ དཀར་སྦྱགས་ལ་
མངོན་པར་དགའ་བའི་ལྷ་ལྷ་ཤེ་བརྒྱད་ཀྱི་རིགས་སུ་གཏོགས་པ།
མངོན་ཤེས་དང་རྩ་འབྲུལ་ལྡན་པ་ཁྱེད་རྣམས་ལ་རྟེན་འབྲེལ་བརྟག་
པའི་མོ་འདི་བདར་བ་ཡིན་པས། ཁྱེད་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲུགས་མེད་ཀྱིས་
མཐུན་པ་མངོན་ཤེས་རྩ་འབྲུལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བའི་སྒྲོན་པ་མེད་
པའི་ཕྱུག་གི་མོ་འདི་བཟང་པོ་དཔྱད་ཏུ་མ་སྟོན། དན་པ་བཟང་དུ་མ་
སྟོན། བཟང་དན་གཉིས་ཀྱི་ཤན་ཕྱེས། ལེགས་ཉེས་དང་བདེན་རླུན་
གྱི་གཏིང་ཚད། རྒྱ་མཐོང་མོ་འདི་དྲང་དུ་པོ་བ། གསལ་བོར་སྟོན་
ཅིག ཡེ་རྣམ་དང་རིགས་གསུམ་མགོན་པོའི་གཞུང་སྤྲུགས་བསྐྱེད་
ཡོ་ལྷ་གི་ཤུ་རིམ། ཡོ་མ་ཁྱི་པ་སྟེ་རྒྱུ། ཡོ་བཙ་སྟེ་རྒྱུ། ཞེས་བཞོད་དེ་
རྟེན་ལ་སྤུ་འདེབས། དེ་ནས་ལག་པ་གཡས་པའི་རྟེན་དཀྱུགས།
ལག་མཐིལ་གཡོན་པ་ལ་རིམ་བཞིན་དུ་འཕེན། དེ་ནས་རིམ་པ་བཞིན་
མོ་དཔྱད་ཕྱུག་བཞི།

རྟེན་སྟོན་པོ་སྤྲུག་ལ་བབས་ན། གཞི་མོ་ལ་བཟང་། ལྷ་ས་

གྲགས་བྱེད། ཆོ་མཚན་དང་བསམ་བཞུགས་ན་ལྷག་པར་བཟང་།
 མགྲོན་པོ་ལ་སྐད་སྟན་ཐོས་ཐུང་དུ་འོང། འོན་ལྟར་མི་སྟོན་ཏེ་སྟོན་
 ཅན་གྱི་ཁན་སྐད་ཆ་སྟན་པོ་ཐོས། འོན་ལྟར་དུ་འབྱུང་། བད་པའི་
 མོ་ལ་མགོ་ན་བདང་སྒྲགས་འབྱུང་འོང། སྒྲགས་ནས་འོངས་པའི་
 རྒྱལ་དཀར་པོ་རི་མོ་ཅན་གདོན། ཐེའུ་རང་གདོན། མགོ་དང་རོ་
 སྟོང་ལ་ཐེའུ་བཀག་དང་ཐེའུ་མདོས་བྱ། རྣམ་འཛོམས་ཀྱི་བྲུས་བྱེད།
 ཆོ་གཟུངས་དང་བསྐང་བ་འདོན། སྟོན་ལྟུ་ལ་ཉེས་སྦྱོན་མེད། དཔལ་
 ལྟུ་ལ་དཔལ་དོད་ན། དཔལ་འཆིང་དང་དཔལ་བྱུང་ལྟར་དུ་བྱ། གཞན་ཕ་
 བ་གང་ལ་འང་བཟང་།

རྟེན་མེད་པོ་དང་བལ་བབས་ན། གཞི་མོ་ལ་བཟང་། དུམ་
 དང་གཞིར་འོང། ཉོག་གཟུངས་སོགས་འདོན། མགྲོན་པོ་བྱེད་ལ་ཆོ་
 ཉེ་སྟེབ་ཡོང། འོན་ལྟར་ལ་བཟང་། དམག་རག་གི་ལས་བྱེད་པའི་མོ་ལ་
 རན། བད་པའི་བབས་ན་རྒྱལ་བསེན་གདོན། རོ་སྟོང་ན་བཡིན།
 བན་པོ་ན་གྱི་སྟོང་གོས་རྟིང་པ་ཁྱོན་པའི་ཉེན་ལངས་པ་ཡིན། ལྷག་
 སྟོར་མང་དུ་བྱ། གཞིར་འོང་རྒྱ་འདོན། རྒྱལ་པོ་འོ་གསར་མདོས་
 རྫོང་ལ། ཏྲ་མགོན་གྱི་ལྷགས་མང་པོ་འདོན། ལྷག་སྟོར་རྒྱན་དུ་
 བསྟེན་པར་བྱ། སྟོན་ལྟུ་ལ་ཉེས་སྦྱོན་མེད། དཔལ་ལྟུ་ལ་དཔལ་དང་དཔལ་
 ལྟུ་བྱ། གཞན་གང་ལ་ཡང་བཟང་།

རྟེན་པོ་སྒྲུ་གལ་བབས་ན། གཞི་མོ་ལ་བསྐྱལ་བཟང་དང་
 འཕགས་པ་འདོན། མཆོད་རྟེན་དང་ཆ་ཆ་འབྱུང་ཁང་སོགས་

བཞེངས་ན་བཟང་། སྤྱི་ལ་བུ་སྤྱི་པའི་ངོ་། མགོན་པོ་ལྷ་ར་དུ་འོང་
 བཡིན། འོན་ལྟ་ལ་ཤིན་ཏུ་བཟང་། རྒྱུ་རྟ་ལྟ། བད་པ་ལ་གཙང་
 བད་དང་སྤྱི་བད་ཡིན། ཀླུ་ལ་ག་དང་མཁའ་སྤྱི་བ། ལྷ་དབང་
 ལྷ་པོའི་གཟུངས་སྤྱི་བ་དང་སྤྱི་གས་རྩེ་ཆེན་པོའི་ཞེ་བའི་སྤྱི་བ་སྤྱི་གས་
 མང་ལྟ། ལྷ་རྒྱུ་བ་ནས་ཤིང་གཉན་ནམ་རྩོད་གཉན་སྤྱི་གས་པའི་ཉིན་ནས་
 ལངས། བརྒྱ་ཅ་དང་སྤྱི་གཉོར་ཅི་མང་ལྟ། དཔྱ་ལྷ་ལ་དཔྱ་དང་དཔྱ་
 ལྷ་བྱ། གཞན་གང་ལ་ཡང་བཟང་ངོ་།

རྟེན་དམར་པོ་གོང་མོ་ལ་བབས་ན། གཞི་མོ་ལ་ངན། མེ་
 དཔྱ་ལ་མ་ཆུ་དཔྱ་དང་། ཡང་ན་དཔྱ་དང་ཕྱོད་དང་མངོན་གས་ཡོད།
 གཏུགས་དཀར་སྤྱི་བ་འདོན་དང་ཉི་ཁྱི་འདོན། མགོན་པོ་དང་ལྷ་མོའི་
 བསྐྱེད་བ་འདོན། ཀླུ་ལ་བ་དང་ལུག་ལ་བ་དཔྱ་སྤྱི་གས་སྤྱི་མི་འགྲོ་
 མགོན་པོ་ལ་བུ་དམེད་ཀྱིས་སྤྱི་བཤོལ་བྱེད། ཡང་ན་སྤྱི་དཔྱ་ཆེ། བན་
 བོན་ཡིན་ན་ཡོད། འོན་ལྟ་ལ་འགྱུར་སྤྱི་གས་ཆེ། དཔྱ་ལྷ་པོའི་དཔྱ་
 བསྤྱི་བྱ། བསང་མཆོད་བཅུ་གསུམ་བྱས་ན་དོན་འགྲུབ། བད་པར་
 མངོན་ཡོད། ལྷ་ཆོག་ན་བ་དང་ལུད་པ་ཡོད། བྱི་ཐེལ་གཏོན། མི་
 མངས་ནས་ཤིང་མར་དང་བས་དམར། བས་ངན་སྤྱི་གས་བས་པའི་
 ཉིན་ནས་ལངས་པ་ཡིན། དཔྱ་བ་བརྒྱ་དང་རྣམ་འཛོམས་འདོན། བྱི་
 གཏོན་དགར་བར་ལྟ། སྤྱི་གས་ལྷ་ལ་ཉེས་སྤྱི་བ་མེད། དཔྱ་ལྷ་ལ་དཔྱ་
 མེད། གཞན་གང་ལ་ཡང་ངན་གོ་།

རྟེན་དཀར་པོ་ཐེལ་ལ་བབས་ན། གཞི་མོ་ལ་འཁྱུར་བཟང་བྱིང་

གི་དོ་ཡོད། གོད་ཁ་འོང། བཀའ་སྒྲུ་མང་པོ་འདོན། ཁ་འབར་མས
 བསྒྲ། མདོ་བྱི་ཆར་འདོན། རྒྱང་དར་བྱ་བཅས་བྱ། མགྲོན་པོ་ལ་ཁ
 འགྲོད་དང་དག་འཛིགས་ཆེ། རང་ས་མ་མོ་འདྲ་བ་ལ་དག་ས་སྟག་མོ
 ངར་བ་དང། རང་ས་ནས་འུག་རྒྱུང་གཤམ་པ་དང་དག་ས་ནས་གཤམ་
 འབྱུག་གཤམ་འདྲ་ཡིན་པས་དོན་ལྟ་ལ་དོན་མི་འགྲུབ། བྱད་པ་ལ་
 རྒྱང་བྱད་ཆེ། མགྲོན་པོ་མ་འཁོར། གཤེད་དང་བསེན་མོས་གནོད།
 རྒྱ་ཁང་རྒྱིང་པའི་ནང་ནས་སྒྲུང་ས་པའི་རྒྱ་མོད་ཅན་གདོན། འོང་བ་
 རྩོམ་གས་ནས་འོངས། རྒྱར་དུ་སྟགས་པ་རུས་མི་གཅིག་པ་དགས་
 སྟགས་སྟབ་དྲག་པོ་བྱ། དྲག་པོའི་སྒྱིན་སྟེག་བྱ། ཆོག་རྒྱང་ས་དང་དུ་
 ཀའི་འབྲམ་གཉེར་འདོན། སྒྲ་འགྲུགས་བྱེད། ཞག་གསུམ་ཐར་ན་
 སྟག་ལ་ཉེས་སྒྱིན་མེད། དག་ལྟ་ལ་དག་མེད་པ་ཡིན། གཞན་བྱ་བ་
 གང་ལ་ཡང་ངན།

དེ་འུག་པོ་པོ་རྟག་ལ་བབས་ན། གཞི་ལྟ་ལ་བྱང་གི་སྟགས་
 བས་སྒྲར་ཁས་གནོད་པ་ཡོད། ཡ་མར་ཇ་འབྲམ་གཅིག་གི་སྒྲོན་ནས་
 སྒྱིན་སྟེག་བྱ། གདུགས་དཀར་རྩྱུང་དང་ཡུམ་འདོན། སེང་གདོང་གི་
 བརྒྱན་སྒྲར་གང་མང་བྱ། བོར་སྟགས་ནག་པོ་རྩྱུར་འོང་བའི་(བ)
 བྱད་དུ་ལེན་མི་རུང། མགྲོན་ལྟ་ལ་བན་པོན་ཡིན་ན་ཡོང། མིན་ན་
 བྱེད་ལ་ཆེ། དོན་ལྟ་ལ་སྟགས་ཡོད་ཀྱང་བྱེད་ལ་ཆེ། བྱད་པའི་མོ་ལ་མོ་
 མགྲོན་ཞེས་འཕྲུང་གསུམ་དང། རྩྱུང་ནག་པོ་ཁ་ཆག་དང་ཞབས་
 དོལ་སྟགས་གདོན། སྒྲུང་མ་མཛོལ་བས་གྲིབ་སེམ་དཀར་དག་བྱ།

ཆུང་སྒྲིག་ནི། ཆོ་དབང་བསྐྱར་བ་དང་ཆོ་འགྲུགས་ཕྱེད། ཀུན་
རིག་གི་དབང་དང་བཞུགས་གཏོར། ཇུག་ལྡན་འདས་ན་ཉེས་སྦྱོན་མེད།
དག་ལྡན་ལ་དག་མེད་ཡིན། གཞན་ཕྱ་བ་གང་ལ་ངན།

བྱ་བྱ་གི་མྱོན་ས་རྒྱ་དང་ཐོར་

མྱོར་རྒྱ་འཛིན་ཚུལ།

༡༡། ཡང་རྒྱ་དང་ཐོར་མྱོར་རྒྱ་འཛིན་པ་ནི། ལྷ་ས་ཁྱུ་གུ་ལ་བབས་ན། ཐོར་བ་ཤར་ན་ཐུག་དང་ཚུ་ཡོད་ས་ནས་རྟེན།
རྒྱ་ཡིན་ན་དམར་སེར་རི་མོ་ཅན་གོས་དར་གྱི་རིགས་ཁག་གང་ཟེར་བ་
ཡིན། ཁང་ཕྱགས་གྱི་ཁང་ས་སོ་མཉམ་ཡང་ན་ཐོག་ཁང་གི་གཡོན་
ཕྱགས་ན་རྟོད་དམར་སེར་དཀར་པོའི་ཁ་ལྟོད།

ངང་བ་ལ་བབས་ན། ཐོར་མྱོར་མྱོར་མྱོར་བ་ན་ཤིང་ཐོང་གི་
ཅར་རྟེན། བྱང་མེད་ཅིག་གིས་བཤད། རྒྱ་ཡིན་ན་ནག་པོ་ལྷ་བཞི་
ཟངས་ལྷགས་འདྲེས་མ་མཛེར་མ་ཅན་ཐབ་རྟོར་གྱི་ཐག་ཉེ་ས་ཕྱར་
མགོ་འཕ་ཡང་ན་སྟེགས་འདྲ་བའི་ཐོང་ལྟོད།

སྒྱ་གུ་ལ་བབས་ན། ཐོར་བ་རྒྱ་བ་བམ་བྱང་གི་ཐག་རིང་ས་ན་ས་
དམར་པོ་ཡོད་ས་ནས་རྟེན། ཡང་ན་བན་བོན་ཁྱིག་གིས་རྟེན། རྒྱ་
ཡིན་ན་ཐོན་པོ་ལྷགས་ཆ་གི་མཚོན་གྱི་རིགས་ཁཆག་ཅན་ཡིན། ལྷ་ས་
ན་ལྟོད་པའམ་ཡང་ན་ཁང་པའི་རྒྱ་བ་རྒྱ་རྒྱ་བཞིའི་ཐོང་ལྟོད།

གོང་མོ་ལ་བབས་ན། ཐོར་བ་དམར་པོ་ཡོད། ཡང་ན་བན་
བོན་གྱི་ཕྱི་ལྟོད། རྒྱ་ཡིན་ན་འོད་ཅན་སྒྲོ་ཆའི་རིགས་རི་མོ་ཅན་
བྱ་མིག་འདྲ་བ་ཡིན། ཁང་པའི་མཐོ་ས་ན་ཤིང་མགོས་དར་དམར་
པོའི་ཐོང་ལྟོད།

ཐིམ་ལ་བབས་ན། ཐོར་བ་མེ་རྟེན། བྱང་དུ་ཆོལ་དང་རྟེན་

པར་དཀའ། རྩམ་ཡིན་ན་སྒྲིབ་ཀྱིས་ནག་པོ་ལྟ་བུ་ཅན་པ་ཅན་ཡིན། བར་
མྱོག་སྐྱེས་ན་ཁང་པའི་བྱམས་ཀྱི་རྒྱ་ཁྱོད་ཡོད།

ཕོ་རོག་ལ་བབས་ན། བོར་བ་ཤར་དུ་ཡུན་རིང་པོར་བཅའ་ན་
ཉིད། རྩམ་ཡིན་ན་དམར་པོ་ཟངས་དང་གོས་དར་འདྲེས་མ་གཉིས་ཀ་
ཅན་ཡིན། ཁང་པའི་མྱི་ན་ཕོག་གི་སྒྲིབ་ཆ་མ་ཀ་བའི་བར་ན་ཡོད།

བྱ་བྱག་གི་མོ་ལན་གསུམ་བཅུ་བ་

པའི་འབྲས་བུ་དང་།

༡༡། མོ་ལན་གསུམ་བཅུ་བ་པའི་རིམ་པ་དང་པོ། གཅིག་ལྟ་
སྟེ། གཉིས་ཁྱི་ས་རྒྱ་བ་སྟོ་ཐེམ། གསུམ་རང་སྟེ། བཞི་དོན་སྟེ།
ལྷ་ཁྱི་ས་ཆེ་བ། རྒྱ་ཁྱི་འཛིན་ཡིན།

རིམ་པ་གཉིས་པ། གཅིག་བྱི་སྒྲ་ལོ་བའི་ལོ་མལ། གཉིས་
སྟེ། ལོ་མལ་ལོ་བའི་ལོ་མལ། གསུམ་བྱི་སྒྲ་ལོ་མལ་ལོ་མལ། བཞི་རྟ་ལྟུག་
ལོ་བའི་ལོ་མལ། ལྷ་བྱི་སྒྲ་ལོ་བའི་ལོ་མལ། རྒྱ་བྱི་སྟེ། ལོ་བའི་ལོ་
མལ་ཡིན།

རིམ་པ་གསུམ་པ། གཅིག་ལྟ་སྒྲ་ཞིང་པའི་ས་མལ།.....
བཞི་དོན་རྟ་ལྟུག་སྟེ། ལྷ་ཁྱི་སྟེ། གསུམ་བྱི་དག་སྟེ། རྒྱ་ཁྱི་འཛིན་གསུམ་བྱི་
དག་སྟེ།

རིམ་པ་དང་པོའི་གཅིག་ རྟ་ཞིག་སྟེ། གསུམ་ལ། གོང་མོ།
ཐེམ། མོ་རོག་གསུམ་ཀ་བབས་ན་གང་ལ་ཡང་ཤིན་ཏུ་ངན། རྟ་པ་
ལ་འབྲུག་འཁྱུང་ཡིན་པ་སང་ནོ། ། འདི་གསུམ་རྟིག་མའི་བྱ་གསུམ་ཡིན།
རྟིང་ཞིག་སྟེ། གསུམ་ལ་འབྲུག་དང་ངང་བ། རྟིང་གསུམ་ལ་བབས་
ན་གང་ལ་ཡང་བཟང་། རྟ་པ་ཞག་གཉིས་ནས་སྟེ། བཟ་ཤིས།
བྱ་བྱག་གི་མོ་ལན་གསུམ་བཅུ་བའི་མོ་ལན་ཞེས་བྱ་བ་རྟོགས་སོ། ། སང་མཚན་
ལྟེ།

བྱི་སྒང་མོགས་ཀྱི་བྱས་ཚེས་འཛིན་ཚུལ།

༡༡། རྒྱལ་ལངས་ཡོས་(བྱས་ཚེས་ལྟ་ནས་བདུན) ལ་ཉི་ཤར་
འབྲུག་(བྱས་ཚེས་བདུན་ནས་དགུ) ཉི་ཤོས་ལྷུང་(བྱས་ཚེས་དགུ་ནས་
བཅུ་གཅིག) ཉིན་ལྗེས་(བྱས་ཚེས་བཅུ་གཅིག་ནས་གཅིག)། ལྗེས་
ཡོད་ལྷུག་(བྱས་ཚེས་གཅིག་ནས་གསུམ) ལ་ཉི་མུར་ལྷུང་(བྱས་ཚེས་
གསུམ་ནས་ལྔ)། ཉི་ལྔ་བཅུ་(བྱས་ཚེས་ལྔ་ནས་བདུན) ལ་སྤོ་སྤོ་
(བྱས་ཚེས་བདུན་ནས་དགུ)། སྤོ་ལྔ་ལྔ་ལྔ་(བྱས་ཚེས་དགུ་
ནས་བཅུ་གཅིག) ལ་ནམ་ལྗེས་ལྗེས་(བྱས་ཚེས་བཅུ་གཅིག་ནས་
གཅིག)། ལྗེས་ཡོད་སྒང་(བྱས་ཚེས་གཅིག་ནས་གསུམ) ལ་ཐོ་རངས་
རྒྱག་(བྱས་ཚེས་གསུམ་ནས་ལྔ)།

ཡུལ་སྒྲིལ་མོ་ཡིག་རྫོང་མཐོང་སྐབ་ཚུལ་

ཀྱན་གསལ་ཤེལ་གྱི་མེ་མོང་།

༡༡། དེ་ལ་ཕེ་མོང་ལ་ལེགས་ཆོག་ས་བདེ་སྟེར་ཁིང་། དེ་ལ་
པ་ཅམ་གྱིས་འདོད་དོན་ཡོངས་སྒྲིབ་པའི། དེ་ལ་ཕེ་མོང་ས་ལེགས་
ཉེས་སྒྲིབ་མེད་དུ། དེ་ལ་ཅམ་ཉིད་ལ་སྟོན་པའི་ལྷ་མཆོག་རྒྱལ། གང་
ཞིག་སྟོ་ལུན་སྟེ་པོའི་ཆོག་ས་དག་གིས། དུས་གསལ་ལེགས་ཉེས་སྒྲིབ་
མེད་གསལ་བོད་དུ། ལེགས་པར་རྟོགས་པའི་རྫོང་མཐོང་སྐབ་པའི་ཚུལ།
དེང་འདིར་སྟེལ་ལ་ལྷ་བྱེད་གནང་བ་སྟེལ། འདིར་ཡུལ་ལྷ་ཤར་པའི་
རྒྱལ་པོའི་སྟོན་པའི་རྫོང་མཐོང་སྐབ་པར་འདོད་པའི་ཐོག་མར་འདི་ལྟར་བྱ།

སངས་རྒྱལ་ཆོས་དང་ཆོག་ས་གྱི་མཆོག་ནམས་ལ། × ×

འགྲུབ་པར་ཤོག ། རང་ཉིད་སྐད་ཅིག་གིས་དཔལ་ཏྲ་མགྱིན་གྱི་སྒྲུང་
བཞེངས་པར་ལྟར། ཡོ་རྟེན་པ་རྒྱ་ཏྲ་གྱི་ཏྲ་བཟོ་གྲོན་ཏྲ་ལ་སྟེ་མ་ཏྲ་ལྟ་
ལྟ་རྒྱུ་ཡི། དགོང་འདི་ཡིས་སྒྲུང་དུ་བདག ། × × དེ་ཡིས་ལ་
འགོད་པར་ཤོག ། ཅེས་པ་ནས་རང་གི་བྱག་ས་ཀའི་རྒྱུ་ལས་འདྲ་བེར་
འཕྲོས་པས། ཡུལ་སྒྲིལ་རྒྱལ་པོ་འཕྲོང་དང་བཅས་པ་སྐད་ཅིག་གིས་
སྟོན་དངས། དེ་ནས་སྟེང་བ་གཡས་གཡོན་བསྒྲིལ་བྱས་ཏེ། མཐོན་
ཤེས་རྒྱ་འཕྲུལ་གྱི་བྱག་ས་དང་ལྷན་པའི་ཡུལ་སྒྲིལ་རྒྱལ་པོ་འཕྲོང་དང་
བཅས་པའི་ལེགས་ཉེས་གསལ་པོར་སྟོན་ཅིག ཡེ་རྩམ་ལན་གསུམ་
མམ་བདུན་བསྐྱས། དོན་ལྟེ་མིང་བསྟོས་ཏེ་འདིའི་དོན་གསལ་པོར་
སྟོན། བཟང་ངན་གྱི་ཤར་བྱེས། བདེན་རྩལ་གྱི་གཏིང་ཆོད། ཅེས་

མོ་བདར་བཞིན་ཕྱིར་བ་མང་ཉུང་རི་ལྟར་མཚམས་པ་གཉིས་སུ་ཕྱེ་ཏེ།
 ལག་གཡས་པས་གཡས་བབྱང་བྱས། གཡོན་པས་གཡོན་བབྱང་བྱས།
 གཡས་བཅད་གཡོན་བཅད་བྱས་ཏེ། གཡས་ལྟ་ས་དང་རང་ས།
 གཡོན་ཕྱི་ས་དང་དག་ས་སོགས་སུ་བྱས་ཏེ་དབྱད་དགོས།

གཡས་གཅིག་གཡོན་གཅིག་བབས་གྱུར་ན། གཅིག་འཕྲད་
 དཔའ་པོ་མཐུང་བབྱང་ཡིན། གཞི་ཕྱ་བརྟན་ཅིང་སྒོ་ཕྱགས་བདེ།
 བཤུ་ཤིས་སྦྱིད་ཀྱི་ཉི་མ་འཆར། མགོན་པོ་ལྷུང་དུ་སྒྲིབ་ངོ་ཡིན། བོར་
 ལྟར་ཤར་ཕྱོགས་བཅའ་ན་རྟེན། བད་པའི་མོ་ལ་མེ་འཆི་བད། རྩལ་
 དམར་ཤ་དམར་སྒྲངས་པས་གནོད། རྩལ་འགོང་གནོད་པ་འོང་ཉེན་
 གདའ། རྩལ་མདོས་བརྒྱ་བཞི་ཆོད་ལྟར་དང་། རྩལ་འཛོམས་ཁྱི་
 རྩལ་སྒྲིབ་བསྐྱུས་བྱ། སྒྲིབ་ཕྱ་ཉེན་ངོ་མེད་ཅམ་ཡིན། ཁ་མཆུ་ཆོད་
 པའི་མོ་ལ་འབྲིང་། སྒོན་བཞེན་སྤང་མའི་གསོལ་མཆོད་བྱ།

གཡས་གཅིག་གཡོན་གཉིས་བབས་གྱུར་ན། ཞིམ་མངར་མར་
 གྱི་རིལ་བུ་ཞིག ། ལྟ་འདྲི་གཉིས་ཀྱིས་ཆོད་ངོ་ཡོད། གཞི་ཡི་མོ་ལ་
 བཀའ་འགྱུར་དང་། གསོལ་མཆོད་བསྐྱོག་པ་གངས་མང་བྱ། མགོན་
 པོ་དག་དང་འཕྲད་ངོ་ཡིན། དཤ་བྱུབ་བྱ་ཞིང་ལབ་ཅེ་བརྟན། བོར་
 ལྟར་སྦྱང་ཉེ་མི་ཞིག་གིས། ད་ལྟར་གཏམ་ན་རྟེན་ངོ་ཡོད། བད་པའི་
 མོ་ལ་ཤུག་(མར)དང་། ཡང་ན་མོ་མགོན་ཉེ་མགོན་གནོད། ལྷམ་
 བརྒྱད་འདོན་ཞིང་མོ་འདྲི་དགར། འཆི་སྒྲིབ་བསྐྱོག་པ་གངས་མང་བྱ།
 རིམ་གྱོ་བསྐྱོག་པ་གསོལ་མཆོད་བྱ། ཁ་མཆུ་རི་མོ་ལ་ལྟ་མཆོད་དང་།
 དཤ་བྱུབ་བྱས་ན་ཕྱགས་སུ་རྒྱལ།

གཡས་གཅིག་གཡོན་གསུམ་བབས་ལྟར་ན། འདྲ་འབྲུང་
བསམ་འཕེལ་ནོར་བུ་ལ། འདྲ་དགུའི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་ངོ་ཡིན།
གཞི་ལྷ་མི་ལྷགས་འཕེལ་བས་བཟང་། མགོན་མོ་གཏམ་སྟན་བཅས་ཏེ་
འོང་། ད་ལྟ་སློབས་སམ་ཕྱི་དལ་ཆེ། བད་པའི་མོ་ལ་ཆོད་བང་བྱ།
བད་མེད་བདེ་བར་འཆོ་ཞེས་ཟེར། ཁ་མཆུའི་མོ་ལ་ཤར་གོད་ངོ།
ཡུལ་ལྷ་གསོལ་མཆོད་གངས་མང་བྱ། བོར་སྟོར་ད་ལྟ་མ་རྟེན་ན།
དགུ་ལག་ཤར་བས་ལོན་མི་སྲིད།

གཡས་གཅིས་གཡོན་གཅིག་བབས་ལྟར་ན། ལྷ་ལ་ཤོ་གསེར་
ཁྲིའི་ཁར་བཞུགས་ཀྱང་། ལྷ་ལ་མདའ་མོ་ཕྱག་གོ་ཞེས། གཞི་ལྷ་མི་
བཟན་འབྱུར་ཞེས་ཆེ། ལྷ་ལ་མཛོལ་བཅོག་ཕྱག་པའམ། ཡང་ན་ནག་
པོ་ཞིག་རུས་ཅན། རྩལ་ལ་འབྲེང་ན་ཞུགས་ནས་གདོན། ལྷ་བཞེན་
སྤང་མའི་གསོལ་མཆོད་བྱ། གཟུངས་བསྐྱས་དག་འདོན་ཡུམ་ཆར་
སྟོག ། མགོན་པོ་ཁ་འགྱུད་དང་བཅས་ཏེ། ད་ལྟ་སློབ་པའི་ངོ་ཞིག་
ཤར། བོར་སྟོར་རི་མཐོའི་ཆེ་མོ་ན། དམར་ངོ་ཁྲག་ངོ་བཅས་ཏེ་
ཡོད། བད་པའི་མོ་ལ་འདུན་ངོ་ཡོད། བསྐྱགས་ཤི་བསྐྱགས་དུར་
གཏོ་འཕེན། མིང་བཟེ་ལུས་བཟེ་སྤང་བར་བྱ། ཁ་མཆུའི་མོ་ལ་ཤར་
གོད་ཆེ། གདུགས་དཀར་འདོན་ཁིང་བསྟོག་པ་བྱ།

གཡས་གཅིས་གཡོན་གཅིས་བབས་ལྟར་ན། ལྷ་ནག་ནང་གི་
མི་ནག་ཅེས། ཅི་བཏབ་ཅི་ཡི་མོ་ལ་ངན། གཞི་ལྷ་མགོན་ལྷ་བོར་སྟོར་
དང་། བད་པ་ཁ་མཆུའི་མོ་ལ་ངན། ཉི་མ་རྟེན་གཅིག་མོ་ལ་

ཐུག་ལ་ཚུལ་འཛིན་ཚུལ་གཟུགས་

འཆར་མེ་མོང་།

༡༩། རྟོན་པ་གཤེན་རབ་སྤྱུ་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ། རང་ནིང་
རྟོན་པ་གཤེན་རབ་ནི། ཉམ་མཁའི་མདོག་ཅན་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་
གཉིས་པས། ཆགས་ཤིང་གཡུང་བྱང་འཛོལ་པའི་མཉམ་བཞག་
ཅན། མ་དེག་ཕྱག་པ་སེལ་བའི་མཆོག་མངའ་བ། གཤེན་རབ་རྟོན་
པའི་སྤྱུ་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ།

ཡང་ཀར་ཡ་མར་དུ་ནི་ནག་པོ་ཞི་ཞི་མལ་མལ་སྐྱ་རྩ་ཅི་བུས་
བསྐྱས་ཤིང་། དེ་ནས་ཡེ་རྩ་བཟོད། མོ་བདར་བྱ་བ་འདི་ནས་མོ་
འདི་གསལ་བར་རྟོན་ལ་བྱང་པོར་རྟོན་ཅིག དེ་ནས་ཐུག་ལ་ཚུལ་འཛིན་
པ་ནི།

དང་པོ་ནི། རྟོན་དང་པོ་ཡིན། ཐུག་ལ་ཚུལ་འཛིན་པ་གཟུགས་
བའདོམ་གང་བ། ལག་ལེན་བྱེད་སྤྱུ་གསུམ་བྱུར་ཁ་ཅན། རྟོན་
གོས་ཆོད་ཀྱི་ཅན་གྱིས་བརྒྱམས་ནས་ཡོད། རྟོན་ནི་མོ་བྱ་མིག་འདྲ་
བཡོད། རྟོན་ཁང་ན་བཞག་ཡོད། གོན་པ་རྟོན་བས་མཐོན་ཡོད།
རྒྱབ་གཅིག་དང་གཉིས་གསུམ་ཞིག་སྤང་ཡོད། ཤར་རྟོན་ནས་མེ་ལག་
མང་པོ་བརྒྱད་ནས་འོངས། དེའི་དུས་ཆེ་ཐར་ལ་གོད་ཁ་དང་ཤམ་
མཆིས་བྱས་ཡོད།

གཉིས་པ་ནི། ཐབ་ས་རྒྱུང་གསུམ་བྱུ་མོ་མཛོ་མའི་སལམ་ན་
རྟོན་པོ་ལྟར་བྱ་ཅན། ཁ་ཆག་ཞབས་དོལ་ཐབ་ཆའི་སྟོར་ན་ཡོད།

པའམ། ཡང་ན་གོས་ནག་ནས་མྱེ་ཅི་ཡིན་ཀྱང་ཚུང་མའི་སྒོ་ན་ཡོད།
སྒོད་ནག་པོའི་ཁ་ན་རྒྱུ་ན་པ་འདྲ་བ་ཡོད། རྒྱུ་ལམ་དུག
མཆམས་ལ་ཤར་ནས་འདྲ་ས། དེའི་དུས་མི་རྟགས་དཔ་བྱུང་ཡོད།

གསུམ་པ་ནི། འདི་བྱ་ན་ཚུང་གསུམ་ས་མལ་ན་ལྷགས་ཆ་
མཛེར་མ་ཅན་ཆག་པོ། རང་མདོག་ཟ་བ་བྱར་གསུམ་ཁ་མང་མིག་
མང་ཅན་ཡིན། སྒོད་སྒྱུ་པོ་ཞིག་གི་ནང་ན་ཡོད། རྒྱ་བ་བཅུ་ལྷག་སོང་།
རྒྱབ་བྱང་མཆམས་ནས་འོངས།

བཞི་པ་ནི། འདི་ཐབས་ཆེ་བ་ཟས་ཤོར་གྱི་བང་མཛོད་ན། རྒྱ
སྒྱུ་ལག་ལེན་བྱེད་པ་ཁ་ཅར་ཅན་གོས་དཔ་ནམ་ཡང་ན་སྒྲ་ཆག་གོ་ནག་
ལྷགས་ནག་མཉམ་འབྲེལ་ཅན། སྒྲ་ཆེན་དཔོན་ཆེན་ཚུ་ཆེན་བརྒྱད་
ནས་འོངས། རྒྱ་བ་གསུམ་ཅམ་སོང་ཞིང་བྱང་ཕྱོགས་ནས་འོངས།

ལྔ་པ་ནི། འདི་ཕྱི་ས་ཆེ་བ་ན་ལྷགས་ཆའི་རིགས། རྩེད་ན་སྒྲུལ་
བའི་མིག་འདྲ་བའི་ཁ་མང་མཛེར་མ་ཅན། གོས་ནག་ལྷན་པ་ཅན།
མེས་ཆོག་འཕྲོ་ཅན་གཅན་གཟན་གྱི་པགས་པའི་བྱམ་བྱས་ཡོད།
མཁར་ཁ་ནས་བྱ་པོ་གྲགས་ས། མཁར་ཅ་ནས་ཕག་མོ་རུར་ས། རྒྱ་
སྒྲ་དང་པོད་སྒྲ་དང་པོད་ས་ནས་འོངས། བེ་རྩར་རྒྱལ་པོའི་གནོད་པ་
ཡིན། རྒྱ་བ་བདུན་བརྒྱད་ཅམ་སོང་། རྩེ་རྒྱབ་མཆམས་ནས་འོངས།
ཕྱགས་གྱི་སྒྲོ་བ་གཉིས་གསུམ་མཆམས་ན་ཡོད།

དུག་པ་ནི། མ་སྒྲི་རྟན་མའི་ས་མལ་ན་ཤིང་ལྷགས་འདྲིས་མ་
གོས་ནག་ཁ་ཅར་ཅན་ཡོད། རྒྱ་བ་བཅུ་ལྷག་སོང་། བན་སྒྱུ་པོན་

གསུམ་གྱི་ལག་ནས་འོངས། ཐེན་རང་བཞེན་མོ་ལའོར་ས་ཡིན། ཉི་
མ་རུབ་ཕྱགས་ནས་འོངས།

བདུན་པ་ནི། བུ་མོ་འི་ས་མལ་ན་གོས་དམར་རས་དམར་
སྟོང་གོས་རྩིང་བ་ཆོ་ཅན་ཉིང་ན་ཡོད། ཕར་སྟོས་ཚུར་སྟོས་བྱས་ཏེ་
སྒྲུ་མ་ནང་ན་ཡོད། སྒྲུ་མ་མེར་མོ་འི་ལག་ནས་འོངས། སྒྲུ་གསུང་
བྱགས་ཉིང་འདྲ་བ་གཟུགས་བརྟན་ཤར་བའི་མེ་ཡོང་འདྲ་བའི་སྟོང་དེ་
འདྲའི་ནང་ན་ཡོད། འོག་ཅིག་སྒྲུ་བ་གཉིས་འགོར། ཉི་མ་ཤར་སྟོ་
ནས་འོངས། ཐེན་རང་ལའོར་ས་ནས་འོངས།

བརྒྱད་པ་ནི། སྒྲུ་དཔོན་གྱི་ས་མལ་ན་ཡོད། རྩས་གཉིས་
འབྲེལ་དེ་མོ་རྒྱ་མིག་འདྲ་བ་སེཛེ་བྱེད་ཀྱང་འདྲ་བ་གཉིས་མ་ཅན་གྱི་
ཉིང་ན་ཡོད། ཡང་ན་ཉིང་ཅན་ཁང་ཤིང་རྩིང་བ་སྒྲུ་ཆ་རྩིང་བའམ་
མེ་མགར་ཐེན་གསུམ་ལག་ནས་ནག་རིགས་ནག་གསུམ་བྱུར་ཁ་ཅན་
བྱང་སྟོང་ན་ཡོད་པ་འདྲ། སྒྲུ་དབྱེལ་བ་ཅུ་ཅམ་སོང་།

དགུ་པ་ནི། མ་སྟོལ་ཆེ་ཆུན་ས་མལ་ན་གོས་མདོག་མང་པོ་འདྲེས་
མ་ཅན། གཅན་གཟུན་པགས་བའམ་སྟོན་པོ་ནག་པོ་སྟེ་རག་སྟོ་ཆ་
ཡོད། ཡུགས་ས་རབས་ཆད་ལག་ཏུ་བརྒྱད་ནས་འོངས། རྩིང་སྟེ་
འགོང་པོའི་གཞོན་པ་ཡོད། རྟགས་ལ་གོད་ཁ་ཤོར་མཆིས། བྱང་
མེད་ན་བའི་རྟགས་མང་པོ་འོངས།

རྩས་ལ་རྟགས་བཏབ་ནས་བརྟག་པ།

༡. གཅིག་གི་ཉིང་ན་དཀར་པོ་སྒྲུ་སྒྲུ་ལེབ་ལེབ་འདྲ་བ་ཡོད།

३. གཉིས་པའི་སྤེང་ན་ནག་པོ་ཁ་མང་མིག་མང་ཡོད།

३. གསུམ་པའི་སྤེང་ན་ལྷགས་སྤོང་པོ་རས་སྤོང་པོ། ཤིང་ནག་གཉིས་འབྲེལ་མེད་ཁ་ཅན་ཡོད།

९. བཞི་བའི་སྤེང་ན་སྒྱ་སྒྱ་འདྲ་བ་ཀོར་ཀོར་འབའ་ཞིག་མང་པོ་ཡོད།

५. ལྷ་བའི་སྤེང་ན་ནག་པོ་རྫོ་འདྲ་བ་སྒྱ་མོ་ལེབ་ལེབ་ཡོད། ཤར་རྩྭ་འཆམས་ན་བྲག་དཀར་པོ་ཡོད།

७. ནུག་པའི་སྤེང་ན། ཤིང་བྲུག་ཅན་དཀར་པོ་བྱེལ་འདྲ་བས་མནན་ཡོད། རྟག་གི་ཐིག་ལེ་འདྲ་བ་ཡོད།

१. བདུན་པའི་སྤེང་ན། དཀར་མེད་དམར་ནག་དང་བྱ་ནག་པོ་འདྲ་བ་ཡོད། རྩེ་རུབ་མཆམས་ན་མདའ་རྒྱང་གཅིག་དང་བྱེད་པ་ཆད་ན་རྒྱ་མིག་ཁ་རྩྭ་སྤྲོས་འདྲ་བ་ཡོད།

२. བརྒྱད་པའི་སྤེང་ན། ཤིང་ཡིན་ཀྱང་སྒྱ་སྒྱ་འཕྲོ་ལོ་ལེབ་ལོ་ཡོད། ཡང་ན་ནག་པོ་ཁ་མང་མིག་མང་ཡོད། རུབ་རྩྭ་གས་ནས་མདའ་རྒྱང་གཉིས་ཚུན་ཆད་ནས་བྲག་དམར་པོ་ཡོད།

१०. དགུ་བའི་སྤེང་ན། ཤིང་ཡིན་ཀྱང་ནག་པོ་ཆེ་བ་ལྷན་ཅན། གཞན་གྱི་མདོག་ཡིན་ན་རི་མོ་ཅན་ལེབ་ལེབ་འདྲ་བས་བཀའ་བ་ཡོད་པ་ཡིན། ཞེས་པ་འདི་ནི་རྩྭ་ན་གཤེན་རབ་གྱིས་གསུངས་སོ།

མིག་འགྲུལ་བ་དང་ན་བ་བ་མིག་ས་ལ་

བརྟག་ཚུལ་མདོར་བསྟུས།

༡. མིག་འགྲུལ་བར་བརྟག་ཚུལ།

བྱི་དུས་གཡོན་འགྲུལ་ན། མི་ཆེན་དང་འཕྲད་པས་བཟང་།
གཡས་འགྲུལ་ན་ཟས་ཆང་གི་དོ།

སྤང་དུས་གཡོན་འགྲུལ་ན་ངན། གཡས་འགྲུལ་ན་གཞན་གྱིས་
དན།

སྒྲག་དུས་གཡོན་འགྲུལ་ན། ཐག་རིང་གི་མགོན་པོ་ཡང་།
གཡས་འགྲུལ་ན་བཀྲ་ཤིས།

ཡོས་དུས་གཡོན་འགྲུལ་ན། མགོན་བཟང་འོང་། གཡས་
འགྲུལ་ན་བཟང་།

འབྲུག་དུས་གཡོན་འགྲུལ་ན་ཐག་རིང་གི་མགོན་འོང་། གཡས་
འགྲུལ་ན་འཆོལ་འོང་།

རྩལ་དུས་གཡོན་འགྲུལ་ན། བཟང་བདུང་གི་དོ། གཡས་
འགྲུལ་ན་བཀྲ་ཤིས་པའི་དོ།

ཉེ་དུས་གཡོན་འགྲུལ་ན། ཟས་ཆང་གི་དོ། གཡས་འགྲུལ་
ན་འཆོལ་འོང་།

ལྷག་དུས་གཡོན་འགྲུལ་ན་བཀྲ་ཤིས་པའི་དོ། གཡས་འགྲུལ་
ན་བཀྲ་ཤིས་ཕན་བྱ་འབྱུང་།

སྤེལ་དུས་གཡོན་འགྲུལ་ན། ལྷ་ལོ་རྒྱུ་དོ། གཡས་འགྲུལ་ན་

བྱད་མེད་གྱིས་བྱ་

བྱའི་དུས་གཡོན་འགྲུལ་ན། མགོན་པོ་འོང་། གཡས་འགྲུལ་
ན་གཉིན་ཉི་དུ་འོང་།

བྱའི་དུས་གཡོན་འགྲུལ་ན། མགོན་སྒྲེབ་པའི་ངོ་། གཡས་
འགྲུལ་ན་འདྲ་ཆོག་སྟེ་གྱི་ངོ་།

ཕག་དུས་གཡོན་འགྲུལ་ན། མགོན་བཟང་པོ་དང་འབྲད།
གཡས་འགྲུལ་ན་ཆད་ལས་གྱི་ངོ་།

༡. ར་ཅ་བར་བརྟག་ཚུལ།

བྱེད་དུས་གཡོན་བྱ་ན། བྱད་མེད་གྱི་བྱ་ན། གཡས་བྱ་ན་པོར་
སྟོར་གྱི་ངོ་།

སྒྲུང་དུས་གཡོན་བྱ་ན། ཁ་མཚུའི་ངོ་། གཡས་བྱ་ན་ཅིན་མའི་
ངོ་།

སྟག་དུས་གཡོན་བྱ་ན། པོར་སྟོར་གྱི་ངོ་། གཡས་བྱ་ན་བྲེལ་བ་
འབྱུང་བའི་ངོ་།

ཡོས་དུས་གཡོན་བྱ་ན། སྟག་བཟུལ་གྱི་ངོ་། གཡས་བྱ་ན་
མགོན་པོར་བའི་ངོ་།

འབྲུག་དུས་གཡོན་བྱ་ན། ཐག་རིང་ལ་འགྲོ་བའི་ངོ་། གཡས་
བྱ་ན་མགོན་པོ་འོང་།

རྒྱལ་དུས་གཡོན་བྱ་ན། བཀྲ་མི་ཤེས། གཡས་བྱ་ན་བཀྲ་ཤེས་
པའི་ངོ་།

ཉེ་དུས་གཡོན་ཅུ་ན། ཐག་རིང་གི་མགོན་པོ་འོང་། གཡས་
ཅུ་ན་གཉིན་ཉེ་དུ་འོང་།

ལྷག་དུས་གཡོན་ཅུ་ན། བཟའ་བདུང་གི་ངོ་ གཡས་ཅུ་ན་
ཐག་རིང་གི་མེ་འོང་།

སྒྲེལ་དུས་གཡོན་ཅུ་ན། ལམ་འགྲོ་ཡོང་། གཡས་ཅུ་ན་བཟ་
ཤིས་པའི་ངོ་།

བྱའི་དུས་གཡོན་ཅུ་ན། བོར་སྒྲར་གྱི་ངོ་ གཡས་ཅུ་ན་བཟའ་།

ཁྱིའི་དུས་གཡོན་ཅུ་ན། ཟས་ཆང་གི་ངོ་ གཡས་ཅུ་ན་མགོན་
པོ་འོང་།

ཡག་དུས་གཡོན་ཅུ་ན། བཟ་ཤིས་པའི་ངོ་ གཡས་ཅུ་ན་
མགོན་པོ་སྒྲེབ་།

༡. རྩ་ལ་ཆ་སྒྲེབ་པར་བརྟག་ཆུང་།

བྱེ་དུས་སུ་ཆ་སྒྲེབ་། ལྷ་མཁའ་ཉི་ཤུ་མེ་འོང་ནས་གོས་བྱེད་།

སྒྲུང་གི་དུས་སུ་ཆ་སྒྲེབ་། བཟ་ཤིས་།

སྒྲུག་གི་དུས་སུ་ཆ་སྒྲེབ་། ཟས་ཆང་གི་ངོ་།

ཡོས་ཀྱི་དུས་སུ་ཆ་སྒྲེབ་། ཐག་རིང་གི་མགོན་པོ་དང་འབྲུང་།

འབྲུག་གི་དུས་སུ་ཆ་སྒྲེབ་། བོར་སྒྲེད་།

སྒྲུལ་དུས་སུ་ཆ་སྒྲེབ་། བོར་སྒྲར་འབྲུང་། ཉེ་དུས་མེ་འོང་།

ཉེ་དུས་སུ་ཆ་སྒྲེབ་། བཟ་ཤིས་པའི་བྱ་བ་འབྲུང་།

ལྷག་གི་དུས་སུ་ཆ་སྒྲེབ་། མགོན་པོ་དང་ནས་ཁྱ་བ་བྱེད་།

སྤྱུལ་དུས་སྤྱུལ་སྤྱུལ། ནག་འཛོལ་ལ་འཆོག་ས་པའི་ངོ།
 བུའི་དུས་སྤྱུལ་སྤྱུལ། གཉེན་བྱེད་པའི་ངོ།
 བྱིའི་དུས་སྤྱུལ་སྤྱུལ། འཐབ་ཚེད་འབྱུང་བའི་ངོ།
 བཀག་གི་དུས་སྤྱུལ་སྤྱུལ། གཏུགས་བཤེར་གྱི་ངོ།

༡. གདོང་ལ་ཆ་སྤྱི་བར་བརྟག་ཆུལ།

བྱི་དུས་སྤྱུལ་སྤྱུལ། བཀྲ་ཤིས་ཤིང་མོར་རྟེད།
 སྤྱང་དུས་སྤྱུལ་སྤྱུལ། ལྷ་པོ་ལྟེན།
 རྟུག་དུས་སྤྱུལ་སྤྱུལ། ཐག་རིང་གི་མགོན་པོ་དང་འཕྲད།
 རྩེ་དུས་སྤྱུལ་སྤྱུལ། མི་འོང་ནས་ཟས་ཆང་ཉེར་བའི་ངོ།
 འབྱུག་དུས་སྤྱུལ་སྤྱུལ། ཐག་རིང་གི་མགོན་པོ་དང་འཕྲད།
 སྤྱུལ་དུས་སྤྱུལ་སྤྱུལ། གཉེན་ཉེ་དུ་ཉམས་དུ་འཛོམས་པའི་ངོ།
 རྟེན་དུས་སྤྱུལ་སྤྱུལ། གཉེན་ཉེ་དུ་ཉམས་དུ་འཛོམས་གྱི་ངོ།
 ལུག་དུས་སྤྱུལ་སྤྱུལ། གཏུགས་བཤེར་གྱི་ངོ།
 སྤྱུལ་དུས་སྤྱུལ་སྤྱུལ། མི་བཟང་པོ་དང་འཕྲད།
 བུའི་དུས་སྤྱུལ་སྤྱུལ། མི་བཟང་ཚུར་འཕྲད་དུ་འོང་བས

བཟང་།

བྱིའི་དུས་སྤྱུལ་སྤྱུལ། ཟས་ཆང་སྤྱི་ལ་མཁན་འོང་།
 བཀག་དུས་སྤྱུལ་སྤྱུལ། གཏུགས་བཤེར་དང་མི་བདེ་བ་འབྱུང་

བའི་ངོ།

༥. ལུས་ཀྱི་ཤ་འགྲུལ་འཕྲིག་བརྟག་ཆུལ།

བྱི་རྩལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱི་ཤ་འཕྲིག་ན། མི་རབས་མཐོ་བའོང་བས
བཟང་།

སྤང་རྩལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱི་ཤ་འཕྲིག་ན། ལུས་བདེ་བའི་ངོ་ཡིན་པས
བཟང་།

སྤྲུག་རྩལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱི་ཤ་འཕྲིག་ན། འཆོ་བ་མི་མངོན་པས་སྤྲུང་
བཟང་།

ཡོས་རྩལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱི་ཤ་འཕྲིག་ན། ཝན་འཕྲོ་བ་པའི་ངོ་
འབྲུག་རྩལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱི་ཤ་འཕྲིག་ན། བད་གྱི་ངོ་ཡིན།
སྤྲུལ་རྩལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱི་ཤ་འཕྲིག་ན། ཟླ་གྲོགས་དང་འབྲུང་།
རྩའི་རྩལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱི་ཤ་འཕྲིག་ན། སེམས་ལས་དང་བྱ་བ་ཐེ
ཆོམ་གྱི་ངོ་།

ལྷག་གི་རྩལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱི་ཤ་འཕྲིག་ན། ཝན་དང་བཀྲ་ཤིས་པའི་
ངོ་།

སྤྲུལ་རྩལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱི་ཤ་འཕྲིག་ན། ཁ་མཆུ་འི་ངོ་། འཛོམས་ན་
བཟང་།

བྱི་རྩལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱི་ཤ་འཕྲིག་ན། བོར་སྤྲོད་དང་འཆོ་བའི་ངོ་།
བྱི་རྩལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱི་ཤ་འཕྲིག་ན། ཐག་རིང་གི་མགྲོན་པོ་འོང་
བས་བཟང་།

ཕག་རྩལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱི་ཤ་འཕྲིག་ན། བྱ་བ་བཀྲ་ཤིས་པའི་ངོ་།

༤. ཟླ་བྱར་སེམས་འཕར་བར་བརྟག་ཆུལ།

ཕྱི་དུས་སྤུ་སེམས་འཕར་ན། ཟུང་མེད་གྱིས་དྲན། བཟ་གིས་

ཐུང་ཏུས་སྤྱི་མཐུན་འཕེལ་བ། བཀྲ་ཤིས་པའི་རྒྱ།

ལྷན་དུས་མཉམས་འཕམ་ན། མཐོན་པོ་ཡང་ནས་བཟའ་
བཟུང་ཕྱིན་པས་བཟང་།

ཡོས་རྒྱུ་སེམས་འཕར་ན། མི་ཡོང་ནས་བཟའ་བཏུང་བྱེད་
པས་བཟང་།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ལྷན་ཁག་། རྒྱལ་ཁབ་འཛུགས་པ་
འབྲུག་བསམ་བློན་།

ལྷན་སྐྱོང་གི་ཁྲིམ་བློན་པའི་དོ་

ཉེ་དུས་སྤྱི་མཐུན་འཕེལ་བར་བྱ། ཟས་ཆང་གི་དོ་

ཕྱག་རྒྱུ་སྤྲོད་པ་ལས་ཀྱི། བྱང་མེད་གྱིས་བློ།

ཐོག་དང་སྒྲིབ་ཀྱི་རྣམས་ཡིན། རྩེ་འཕྲུལ་སྤྱོད་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

ཁྱིའི་རྒྱ་ཁྱེལ་ལམ་ན་གྱི་མི་ཆེན་མཉུན་རྒྱུ་ལམ་

ཡག་ཏུ་སྐྱེས་པ་ལས་ལྷན་། བྱིས་མ་ལན་པའི་རོ།

ལ. ལྷོ་དང་པར་བརྟག་ཚུལ།

ཕྱིར་སྐྱོད་ཀྱི་དཀྱིལ་། དགའ་ལྡན་ཕྱིར་པའི་ང་།

སྒྲུབ་ཀྱི་ལུ་ལྷན་སྒྲིལ་ནས། མཁོན་ཡོང་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་མའི་རྒྱ།
 ལྷན་ཀྱི་ལུ་ལྷན་སྒྲིལ་ནས། ལྷན་མེད་དང་འཕྲད་བཟའ་བཀུར་

22

ཡམ་ཏུས་ཏུ་ཐོན་ན། རྟོན་གྱི་ལོ། བེ་ཡང་ནས་དོན་གྱི་ལོ།
 རྟུག་ཏུས་ཏུ་ཐོན་ན། ཆང་མང་པོ་ལོ།
 རྩལ་ཏུས་ཏུ་ཐོན་ན། བེ་བཟང་པོ་ཡང་ནས་ལོ་རྩལ་ལོ།

ཐུགས་ཀྱི་

ཉེ་རུས་ལུ་མ་ཐོང་བ།	ཆོང་བ་ཡོང་ནས་ལྷོ་མ་ཕྱེད།
ལྷག་རུས་ལུ་མ་ཐོང་བ།	ཟས་ཆང་གི་དོ་བཟང་།
ཐྱིལ་རུས་ལུ་མ་ཐོང་བ།	ཐིལ་མ་འཇིགས་སྤང་ཅན་ཐིལ་པའི་དོ་།
ཐུའི་རུས་ལུ་མ་ཐོང་བ།	ལྷན་ཐེད་འོང་ནས་དོན་འདྲི།
ཐྱིའི་རུས་ལུ་མ་ཐོང་བ།	ལྷན་ཐེད་དང་འཕྲོགས་པའི་དོ་།
ཕག་རུས་ལུ་མ་ཐོང་བ།	འཇིགས་དོ་ཡོད་ཀྱང་ཕྱིས་ལྷ་བསྟེན།

ལྷན་པའི་རྒྱུ་

༥. སྤྱོད་པ་བཀའ་བ་མར་བྱང་བར་བརྟག་ཚུལ།

ཕྱི་ལོ་ལྷན་ཁྲིམས་པའི་ཕྱོད་པ་ལས་ལྷན་ན། ཟས་ཆར་གོ་དོ།
ཡང་མེད་ལ་གོ་གཞེན་ཕྱིད་པའི་དོ།

སྐུ་འཕྲུལ་ལྷན་པ་ལས་སྤྱང་ན། ཐེ་ཆོམ་དང་ཐོར་སྤྱོད་གྱི་དོ།
 ལྷན་པ་ལས་སྤྱང་ན། མི་ཤད་ཤེས་ལྷན་པ་ལས་སྤྱང་ན།

མེད།

ཡོས་དུས་སུ་གྱུན་པ་སར་ལྷང་ན། གྲོགས་པོ་ཆོགས་ནས་
དགའ་སྟོན་བྱེད།

འབྲུག་དུས་སུ་གྱུན་པ་སར་ལྷང་ན། རང་གི་ནོར་སྟོར་ལྷང་ན་
ནམ་ནད་གྱི་ངོ།

སྐུ་དུས་སུ་གྱུན་པ་སར་ལྷང་ན། དུད་མེད་གྱིས་སྐྱེས་པ་
གཞན་བསམ།

རྟེན་དུས་སུ་གྱུན་པ་སར་ལྷང་ན། ཐག་རིང་གི་མགྱོན་པོ་ཡོང་
བའམ་ནོར་རྟེན་བསམ་བཟང།

ལྷག་དུས་སུ་གྱུན་པ་སར་ལྷང་ན། དམར་ངོ་འབྱུང་ཡང་སྟོན་
མེད།

སྐུ་དུས་སུ་གྱུན་པ་སར་ལྷང་ན། གྲོ་བུར་ནོར་རྟེན་བཟང།

བྱེད་དུས་སུ་གྱུན་པ་སར་ལྷང་ན། མི་ཡོང་ནས་ནོར་འཆོར་
བསང་ན།

བྱིད་དུས་སུ་གྱུན་པ་སར་ལྷང་ན། གཏུགས་བཞེར་གྱི་ངོ་
ནོར་རྟེན།

ཕག་དུས་སུ་གྱུན་པ་སར་ལྷང་ན། དཔོན་དང་མཇུག་བས་
བཟང།

༡. ཐབ་གྱི་སྐྱ་བའི་སྐད་ལ་བརྟག་ཆུལ།

བྱི་དུས་སུ་དུད་འགྲོ་བདེ་བས་བཟང། སྐང་དུས་སུ་ཐུག་པོར་
འཁྱུར་བས་བཟང། ལྷག་དུས་སུ་བྱིམ་ལ་ངན། ཡོས་དུས་སུ་བྱིམ་ལ་

གནོད་པ་འབྱུང་། འབྱུག་དུས་སུ་ལོ་རྟག་མིན་ཅིང་ཕན། ལྷུ་ལ་དུས་
 སུ་ནོར་དང་བཟྱ་ཤིས་འབྱུང་། རྟེན་དུས་སུ་བྱིམ་ལ་ལྷུག་པའི་བྱ་བ་
 ཚར་བས་བཟང་། ལྷུག་དུས་སུ་འཆོ་བའི་ངོ་། ལྷུ་ལ་དུས་སུ་ཐག་རིང་
 གི་མགྲོན་འོང་བཟང་། རྟེན་དུས་སུ་ཐག་རིང་དུ་སོང་བ་འབྱོར་བས་
 བཟང་། བྱི་དུས་སུ་ཟས་གོས་ཀྱི་ངོ་བཟང་། ཕག་དུས་སུ་གཞུང་
 རྒྱ་ལ་བཟང་།

༡༠. ཐབ་ཀྱི་མེ་ལྷེ་མཆོད་པར་བརྟག་ཚུལ།

བྱི་དུས་སུ་མེ་ལྷེ་མཆོད་ན། བྱང་མེད་ཀྱིས་སྐྱེས་པ་གཞན་
 བསམ།

ཐབ་དུས་སུ་མེ་ལྷེ་མཆོད་ན། བྱང་མེད་ཀྱིས་སྐྱེས་པ་གཞན་
 འདྲ་པས་ངན།

རྟག་དུས་སུ་མེ་ལྷེ་མཆོད་ན། བོར་རྩལ་རྟེན་བཟང་།

ཡས་དུས་སུ་མེ་ལྷེ་མཆོད་ན། བོར་འཕོབ་ལམ་དུ་རྒྱུག་

འབྱུག་དུས་སུ་མེ་ལྷེ་མཆོད་ན། སེམས་མི་བདེ་ཞིང་བཟྱ་མི་
 ཤིས་པའི་ངོ་།

ལྷུ་ལ་དུས་སུ་མེ་ལྷེ་མཆོད་ན། རྟོན་བཟང་དང་འཕྲད་ཅིང་
 ཟས་ཆང་འདྲ་བའི་ངོ་།

རྟེན་དུས་སུ་མེ་ལྷེ་མཆོད་ན། ཚུད་པ་འཕམ་མེད་འཇིགས་པ་
 འབྱུང་བའི་ངོ་།

ལྷུག་དུས་སུ་མེ་ལྷེ་མཆོད་ན། བོར་རྟེན་ཅིང་བཟྱ་ཤིས་པའི་

དོན་ལྡན་མར་འབྱུང་།

སྤྱེལ་དུས་སུ་མེ་ཏུ་མཆེད་ན། ཝོར་རྩལ་འཁོར་པའི་ངོ་

བྱའི་དུས་སུ་མེ་ཏུ་མཆེད་ན། བ་ཆའི་ངོ་

བྱའི་དུས་སུ་མེ་ཏུ་མཆེད་ན། མི་ལེགས་པ་འབྱུང་ཡང་སྒྲོན་

མེད།

ཕག་དུས་སུ་མེ་ཏུ་མཆེད་ན། བད་འབྱུང་ཡང་སྒྲོན་མེད།

༡༡. བྱི་བྱག་པར་བརྟག་ཆུལ།

བྱི་དུས་སུ་བྱག་ན། བྱད་མེད་གྱིས་ཚོད་པ་བྱེད།

སྤང་གི་དུས་སུ་བྱག་ན། སེམས་ལ་མི་བདེ་བ་སྟེ།

སྟག་གི་དུས་སུ་བྱག་ན། ཝོར་ཡོང་བས་བཟང་།

ཡོས་དུས་བདག་པོ་ལ་བལྟས་ཏེ་བྱག་ན། ཝོར་རྩེད་པའི་ངོ་

འབྱུག་གི་དུས་སུ་བྱག་ན། ཝོར་གྱི་ངོ་བཟང་།

སྤྱེལ་དུས་སུ་བྱག་ན། གཉེན་ཉེ་འདྲ་བ་དང་འབྲིན་གྱི་ངོ་

ཏའི་དུས་སུ་བྱག་ན། སྒྲོན་མའི་ངོ་

ལྷག་གི་དུས་སུ་བྱག་ན། བྱད་མེད་གྱིས་སྤྱིས་པ་གཞན་བསམ་

པ་དང་ཐོར་སྤོར་འབྱུང་བས་དག་།

སྤྱེལ་དུས་སུ་བྱག་ན། བྱི་མ་གྱི་བྱ་རྒྱུང་ལ་དག་།

བྱའི་དུས་སུ་བྱག་ན། གོ་གནས་འཕམ་ཞིང་བས་གོས་འདྲ་

བས་བཟང་།

བྱའི་དུས་སུ་བྱག་ན། ཁམ་རྒྱུ་དང་གཞི་དང་པའི་ངོ་

ཕག་དུས་སུ་གྲག་ན། གཏུགས་གཤེར་གྱི་རྩོམ་དང་པས་ངན།

༢༩. སྒྲ་ཀའི་སྐད་ལ་བརྟག་ཚུལ།

ཕྱི་དུས་སུ་གྲག་ན། ཐག་རིང་གི་མགོན་པོ་འབྱོར་བས་བཟང་།

སྤང་གི་དུས་སུ་གྲག་ན། ཤིན་ཏུ་དག།

སྒྲ་གི་དུས་སུ་གྲག་ན། གཏུགས་གཤེར་གྱི་རྩོམ་

ཡོས་དུས་སུ་གྲག་ན། རྣོ་དང་ཟས་ཆང་འོང་བས་བཟང་།

འབྲུག་གི་དུས་སུ་གྲག་ན། ཐག་རིང་གི་མགོན་པོ་འོང་བཟང་།

སྒྲ་དུས་སུ་གྲག་ན། བཟ་ཤིས་པའི་བྱ་བ་འབྱུང་བཟང་།

ནའི་དུས་སུ་གྲག་ན། བད་འབྱུང་བས་ལྟ་ལ་གསོལ་བ་

འདེབས།

ལྷག་གི་དུས་སུ་གྲག་ན། ལྷགས་འཕྱོང་བ་པར་མི་འགྱུར།

སྒྲ་དུས་སུ་གྲག་ན། རྣོ་བཟང་པོ་འབྱུང་བའི་རྩོམ་

བའི་དུས་སུ་གྲག་ན། མི་བདེ་བ་འབྱུང་བའི་རྩོམ་

མའི་དུས་སུ་གྲག་ན། རྣོ་འདུ་ཞིང་རྣོ་ལམ་དུ་འགྲོ་བས་

བཟང་།

ཕག་གི་དུས་སུ་གྲག་ན། འཐབ་ཚུང་འབྱུང་བའི་རྩོམ་དང་པས་

ངན།

ཐུར་བཏང་དུ་སྒྲིགས་ན་དུ་འདོན་པར་འཛེམས་དུས།

དཔྱིད་ཤར་སྒྲིམ་འདོད། དབྱར་སྒྲིམ་འདོད།

སྔོན་ལོ་སྒྲིམ་འདོད། དགུན་ལོ་སྒྲིམ་འདོད།

